NEUE ADRESSE: BURGSTRASSE 14

ADA UND THEODOR LESSING
VOLKSHOCHSCHULE
HANNOVER

ALLGEMEINES

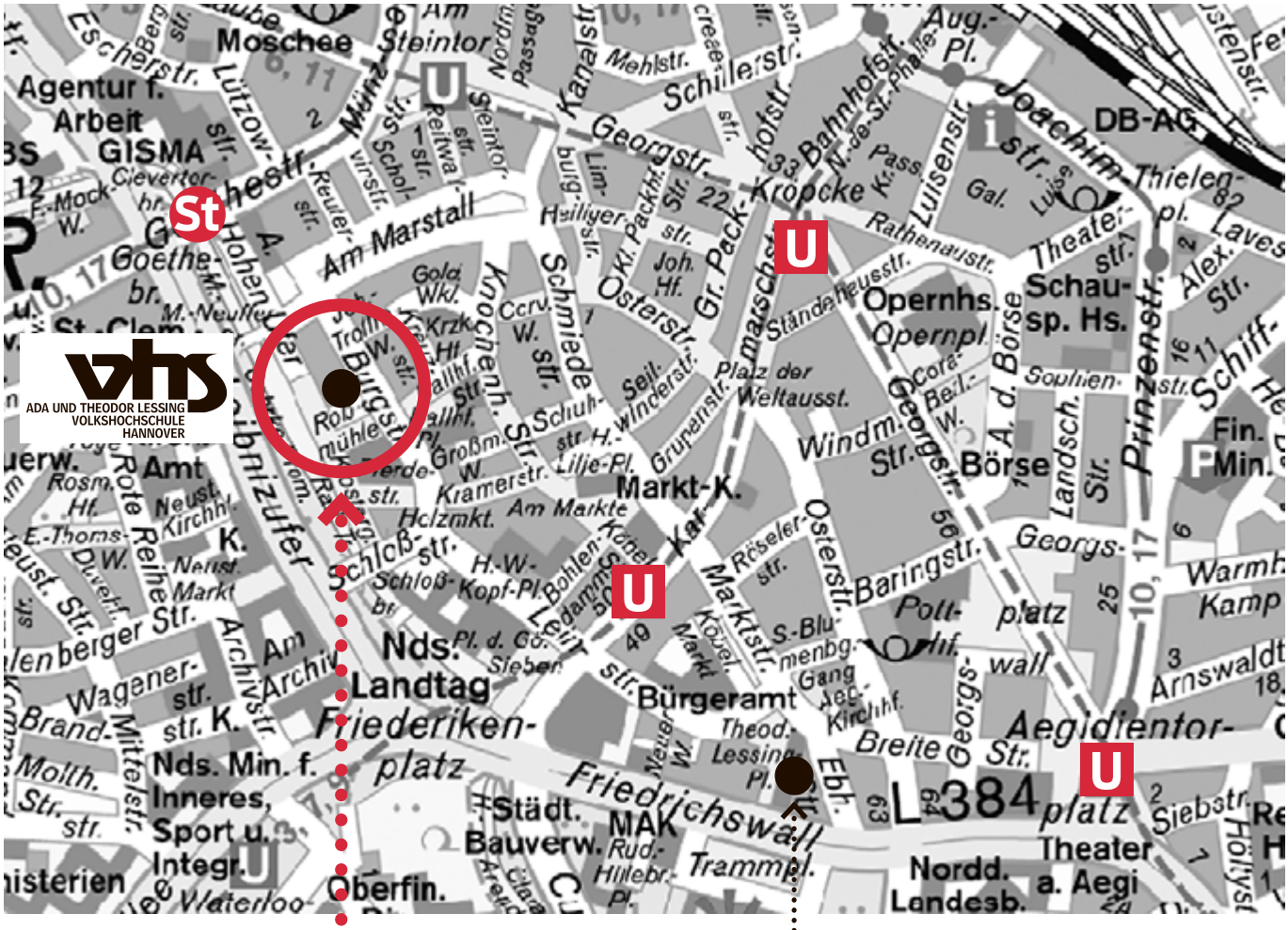
WIR SIND ANGEKOMMEN • IMPRESSUM 2
VORWORT 3
GUT ZU WISSEN • SO MELDEN SIE SICH AN 4
VERANSTALTUNGEN 6
PROJEKTE 8
JUNGE VHS 9

1 DIALOG 15
2 MENSCH UND GESELLSCHAFT 31
3 NATUR, UMWELT UND GESUNDHEIT 63
4 HANDWERK UND TECHNIK 95
5 KULTURELLE BILDUNG 105
6 FREMDSPRACHEN 127
7 BERUFLICHE BILDUNG 199
8 ELEKTRONISCHE DATENVERARBEITUNG 211
9 ZWEITER BILDUNGSWEG 233

SERVICE

LEITBILD DER VHS HANNOVER 240
VHS • SACHGEBIETE MIT PROGRAMMBEREICHEN 242
ERWACHSENENBILDUNG IN DER REGION • KALENDER 242
PRÜFUNGEN UND ZERTIFIKATE 246
BILDUNGSURLAUB 248
UNTERRICHTSORTE 250
ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN 252
STICHWORTVERZEICHNIS 254
SEPA-LASTSCHRIFTVERFAHREN 256
ANMELDUNG

ALLGEMEINES



Ab sofort freuen wir uns,
Sie im neuen Haus zu begrüßen!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule
Burgstraße 14
30159 Hannover

Unsere alte Adresse zur Orientierung:
Theodor-Lessing-Platz 1

IMPRESSUM

Herausgeber
Landeshauptstadt Hannover
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule
Burgstraße 14
30159 Hannover

Redaktion
Ulrike Ernst

Gestaltung
Exner Deluxe Design, Hannover

Druck
Druckhaus Göttingen
Göttinger Tageblatt GmbH & Co. KG

Änderungen vorbehalten, die nach Druck des Halbjahresprogramms eintreten.

Titelfoto: © Ulrike Ernst • Juni 2015

WILLKOMMEN IM VHS-PROGRAMM HERBST/WINTER 2015/2016

Liebe Leserinnen, liebe Leser,
endlich können wir Sie in unserem neuen Gebäude am Hohen Ufer, Burgstraße 14, willkommen heißen. Wir freuen uns sehr darüber und hoffen, dass Sie sich rundum wohlfühlen werden.

Am besten erreichen Sie uns nach wie vor mit dem Fahrrad oder dem ÖPNV. Der Weg von der nächstgelegenen Stadtbahnhaltestelle ‚Clevertor' führt Sie 230 m entlang der Leine in etwa 3 Minuten zu unserem Nebeneingang am Hohen Ufer, gleich neben der Cafeteria „anna leine", die in unserem Haus von den Hannoverschen Werkstätten als inklusive Lokalität betrieben wird.
Von der U-Bahn-Station ‚Markthalle' gehen Sie etwa 5 Minuten (400 m) bis zu unserem Eingang in der Burgstraße 14. Die schöne Altstadtlage bedeutet allerdings, dass wir auch hier keine Parkplätze am Haus anbieten können. Sie finden ausreichend Parkmöglichkeiten am nahe gelegenen Parkplatz Marstall oder im Parkhaus Schmiedestraße.

Der Umzug vom alten Gebäude am Theodor-Lessing-Platz zum neuen Gebäude am Hohen Ufer wird uns bis in den September hinein beschäftigen. Wir bitten deshalb um Verständnis, wenn Sie uns in den Sommerferien zeitweise schlecht erreichen können oder wenn Ihre Anmeldebestätigung etwas später als üblich bei Ihnen eingeht.

Ein herzliches Willkommen im neuen VHS-Haus gilt Ihnen als Teilnehmerinnen und Teilnehmer und der Cafeteria der Hannoverschen Werkstätten, aber auch unseren neuen Hausgästen, den Mauerseglern, Fledermäusen und Haussperlingen, für die wir in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Umwelt und Stadtgrün mit dem Einbau von Nistkästen und Quartieren einen neuen Lebensraum in der Innenstadt geschaffen haben.

Wir haben passend dazu im November zwei klangvolle Veranstaltungen geplant: Zur Fledermaus wird eine Tierärztin berichten und im 2. Akt anschließend der Chefdramaturg der Staatsoper Hannover mit Mitgliedern des Ensembles erklären, welche Bedeutung vermeintliche ungarische Gräfinnen in dieser Oper spielen. Zum „Totholz" auf dem begrünten Dach der VHS wird ein ehemaliger Forstbetriebsleiter das lautlose Leben im „leblosen" Holz schildern. Anknüpfen wird daran der Pianist Marc Pierre Toth mit Interpretationen von Grieg und Beethoven.

Mit dem Bezug des neuen Hauses und der neuen Lehrküche wollen wir natürlich auch wieder neue Impulse mit unserem Programm in der Bildungslandschaft Hannovers setzen. Unter anderem wird das Thema Essen, Ökologie und Klimawandel im Fokus stehen. Viele unserer Kochangebote beschäftigen sich neben dem Spaß am Kochen auch mit gesunder Ernährung und regionalen sowie saisonalen Produkten. In Kooperation mit Slow Food sagen wir „Die Saison hat immer recht". Zuerst wird sich auf dem Öko-Bauernmarkt über die Herkunft der Waren informiert, eingekauft und dann in der nahegelegen VHS-Küche gekocht.

Der Einzug der neuen Medien in die Kurse der VHS zieht immer größere Kreise nach sich. In der kulturellen Bildung bieten wir Foto-Kurse mit Bildbearbeitung am Smartphone an und unterschiedliche Gespräche mit Kunstschaffenden in deren Ateliers und Ausstellungsorten. Hier ist als neues Angebot besonders die Kooperation mit dem Kunstverein Hannover hervorzuheben. Auch im Bereich Gesundheit bieten wir ein neues Kursformat an: in Kooperation mit der Leine-VHS und der VHS Calenberger Land wird es den internetgestützten Kurs zum Thema Rückentraining mit individueller Betreuung und individuellem Trainingsplan mit drei Präsenzterminen in einem Zeitraum von drei Monaten (Oktober 2015 bis Januar 2016) geben.

Wir organisieren in Kooperation mit dem Kommunalen Seniorenservice und der Stadtbibliothek eine Fortbildung zur Unterstützung älterer Menschen im Bereich der Neuen Medien und technischer Unterstützungssysteme und -geräte im häuslichen Umfeld (Medien- und TechniklotsInnen).

Unser Lernzentrum im Lindener Rathaus berät alle Interessierten mit engagierten Lernbegleitern über die Möglichkeiten des selbstorganisierten Lernens mit Hilfe der neuen Medien. Unsere Senioren-EDV-Kurse sind ab diesem Semester alle hier zu finden. Es erwartet Sie ein entspanntes und gemütliches Lernklima und barrierefreies Lernen in neu gestalteten Räumen mit guter Verkehrsanbindung.

Qualifizieren wollen wir auch engagierte und kreative junge Menschen, die ihr Können, Talent oder Hobby anderen Jugendlichen vermitteln wollen. „Hannover lernt jung" ist der Titel dieser Maßnahme, die Themen wie Moderation und Präsentation, Teamwork und Lerntechniken, Netzwerkarbeit und Fördermöglichkeiten sowie viel Info und Material rund um das Thema Workshop-Gestaltung beinhaltet.

Leider gibt es auch die Schattenseiten unseres globalen Zusammenlebens, die beleuchtet und aufbereitet werden müssen. Krieg, Vertreibung und Flucht sind ein zentrales Thema unserer heutigen Welt. Über 60 Millionen Menschen befinden sich auf der Flucht, werden vertrieben oder sind durch Kriege mit ihrem Leben bedroht. Die politische Bildung der VHS hat sich in diesem Zusammenhang mit einer besonders schrecklichen Ausgeburt dieser Tatsachen, dem Völkermord, auseinandergesetzt. In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Politische Psychologie und dem Institut für Soziologie an der Leibniz Universität Hannover bietet die VHS im Herbst 2015 eine Veranstaltungsreihe aus Anlass des Gedenkens an den Völkermord an den Armeniern vor 100 Jahren an. Im Anschluss an eine allgemeine, vom Völkerrecht ausgehende Einführung in die historische, politische und psychologische Logik genozidaler Prozesse werden die darauf folgenden Vorträge aus unterschiedlichen Perspektiven den Völkermord an den Armeniern (1915 – 16), die Shoah (1939 – 45) und den Genozid in Ruanda (1994) behandeln.

Flucht und Vertreibung ist auch ein Thema, das stark in das Kursangebot der VHS hineinwirkt. Wir haben unser Kursprogramm im Bereich Deutsch erneut ausgeweitet, weitere Ankommenskurse in den Flüchtlingsunterkünften organisiert, aufnehmende und weiterführende Angebote in den Stadtteilen vorbereitet und im Programmbereich Deutsch als Fremdsprache zusätzliche Integrationskursmodule aufgelegt, wohl wissend, dass der starke Zustrom von uns zurzeit nicht komplett aufgefangen werden kann.

Wir werden uns weiter darum bemühen, dieses Angebot auszuweiten und qualitativ auf die differenzierten Bedürfnisse der Zuwanderer einzugehen: Alphabetisierungskurse, Kurse für langsam Lernende, Kurse für Mütter mit Kleinkindern, Kurse für Menschen mit einer akademischen Ausbildung und viele Angebote mehr sorgen für eine passgenaue Förderung, die letztendlich nur dann zu einer erfolgreichen Integration und Einbürgerung führen kann, wenn wir den Anschluss zu einer schulischen oder beruflichen Ausbildung herstellen können. Auch daran werden wir verstärkt arbeiten. Ein neues Projekt mit dem Titel „Einbürgerungslotsen" wird uns dabei helfen, möglichst vielen Menschen mit ausländischer Staatsangehörigkeit, die die Voraussetzung für eine Einbürgerung erfüllen, die Wahrnehmung dieses Rechts zu ermöglichen.

Soweit der kleine Überblick zu unserem neuen Programm im neuen Haus. An dieser Stelle vielen Dank an alle, die das Programm zusammengestellt haben und an Sie, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Sie uns mit der Wahl Ihres Kurses in unserer Arbeit bestätigen. Freuen Sie sich mit uns auf die Nutzung einer zeitgemäßen Einrichtung der Erwachsenenbildung am Hohen Ufer.

Michael Guttmann
Leiter der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover

SO MELDEN SIE SICH AN

Sie können zwischen folgenden Möglichkeiten wählen:

SCHRIFTLICH

mit den Anmeldeseiten, die Sie im hinteren Teil deses Programms finden oder einfach formlos per Brief an die
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover
Burgstraße 14 • 30159 Hannover

NEUE ADRESSE

PER TELEFON

(0511) 168-44783
(0511) 168-44790 (Sprachen)

PER FAX

(0511) 168-41532

PER E-MAIL ODER ONLINE

info@vhs-hannover.de
im Internet finden Sie uns unter *www.vhs-hannover.de*

PERSÖNLICH

Montag – Mittwoch, 10 – 14 Uhr
Donnerstag, 10 – 14 Uhr und 16 – 18 Uhr
Freitag, 10 – 13 Uhr
in den Schulferien 10 – 13 Uhr

Bitte geben Sie bei jeder Anmeldung Ihre vollständige Anschrift, Telefonnummer für evtl. kurzfristige Benachrichtigungen und – wenn Sie uns eine Abbuchungserlaubnis erteilen wollen – Ihre Bankverbindung an.

Wichtig: Bitte an die Unterschrift denken.

Für die Kurse des Zweiten Bildungsweges und Deutsch als Fremdsprache ist eine persönliche Anmeldung erforderlich.

Wir sind angekommen!

DIE VHS – JETZT AN DER LEINE!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule
Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Bezahlung

Das Kursentgelt wird ca. eine Woche nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Wenn Sie keine Abbuchung möchten, können Sie es bis zu Beginn des Kurses auf das Konto der VHS bei der

Sparkasse Hannover
KONTO 597 406
IBAN DE82 2505 0180 0000 5974 06
BIC SPKHDE2HXXX
BLZ 250 501 80

überweisen oder bar in unserer Geschäftsstelle einzahlen.

Information zum SEPA Lastschriftverfahren auf Seite 256

Bitte beachten Sie, dass Ihre Kursanmeldung verbindlich ist und Sie – auch bei Nichtteilnahme – zur Zahlung verpflichtet sind.

Kursgebühren können wir grundsätzlich nur erstatten, wenn ein Kurs von der VHS abgesagt wurde.

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Widerrufsfrist endet mit Kursbeginn. Weiteres entnehmen Sie bitte den Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) auf Seite 252.

Der Widerruf ist zu richten an:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover
Burgstraße 14 • 30159 Hannover
Fax: (0511) 168-41532 • E-Mail: *info@vhs-hannover.de*

Wenn Sie in begründeten Ausnahmefällen (wie z. B. Krankheit, beruflich bedingte Abwesenheit) an einem Kurs nicht teilnehmen können, müssen Sie von dem mit der VHS geschlossenen Vertrag schriftlich zurücktreten. Diesem Schreiben ist ein entsprechender Nachweis (ärztliches Attest, Schreiben des Arbeitgebers) beizufügen.

Es werden je Kurs 10 € Stornogebühren fällig.

Die Kursgebühren richten sich nach der vom Rat der Stadt Hannover beschlossenen Entgeltordnung.
Sie liegt in der Anmeldung am Theodor-Lessing-Platz aus.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der VHS Hannover finden Sie auf Seite 252 f im Kapitel „Service“.

Beratung

Sie haben Fragen zu den Kursen? Wir helfen Ihnen gern und beraten Sie

- wie Sie den richtigen Kurs finden
- welches Lernziel der Kurs hat
- welche Einstufung bei den Sprachkursen für Sie zutrifft
- wie Sie Schulabschlüsse nachholen können.

Die Telefonnummern, Sprechzeiten und Beratungstermine der zuständigen Mitarbeiter/Innen der VHS finden Sie bei den jeweiligen Kursangeboten. Eine Gesamtübersicht befindet sich im hinteren Teil dieses Programms.

Bescheinigung

In der Geschäftsstelle können Sie sich Ihre Teilnahme an einem Kurs bescheinigen lassen, vorausgesetzt, Sie waren regelmäßig dabei. Innerhalb eines Jahres nach Beendigung Ihres Kurses kostet das 3 €.

Prüfungen

Die von der Volkshochschule vermittelten Prüfungen werden von der Prüfungszentrale des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e. V. und anderen Prüfungsinstitutionen durchgeführt.
Die jeweilige Prüfungsinstitution, z. B. Goethe Institut, TELC, Cambridge ESOL, ist verantwortlich für die Prüfungsordnung und die Durchführung der Prüfungen sowie deren Korrektur und Bewertung (siehe auch Seite 246).

Haftung

Die VHS übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Verlusten, Verspätungen und sonstigen Unregelmäßigkeiten während Ihrer Veranstaltung; dies gilt auch auf den Wegen zu oder von Ihren Veranstaltungen.
Die Teilnahme an Ausflügen, Führungen, Besichtigungen o. ä. erfolgt auf eigene Gefahr. In Ihrem eigenen Interesse empfehlen wir Ihnen, sich selbst zu versichern. Für Kurse des Zweiten Bildungsweges und Kurse, die durch die Arbeitsagentur (SGB II oder III) gefördert werden, gelten Sonderregelungen.

Finanzamt

Fort- und Ausbildungskosten sind steuerlich abzugsfähig. Das zuständige Finanzamt stellt die steuerliche Beurteilung der Abzugsfähigkeit von Berufs- und Fortbildungskosten grundsätzlich auf die Verhältnisse der einzelnen Steuerpflichtigen ab.
Die VHS Hannover ist gemäß §§ 2 und 5 des Gesetzes zur Förderung der Erwachsenenbildung in Niedersachsen als förderungsberechtigt anerkannt. Die VHS Hannover ist im Sinn §§ 51 ff der Abgabenordnung als gemeinnützige Einrichtung anerkannt. Nach § 10b des Einkommenssteuergesetzes sind Spenden steuerlich abzugsfähig.

Rauchen ist in der Volkshochschule nicht gestattet.

Die VHS im Internet: *www.vhs-hannover.de*

Ermäßigung und Ratenzahlung

Eine Zahlung in Raten ist möglich. Grundsätzlich gilt: Niemand soll aus finanziellen Gründen auf die Teilnahme an einem Kurs verzichten müssen. Deswegen haben wir folgende Ermäßigungen der Kursgebühr eingeräumt:

- EmpfängerInnen von Arbeitslosengeld
  50 % + Zusatzkosten

- RentnerInnen, RuhegehaltsempfängerInnen nach beamtenrechtlichen Vorschriften, soweit deren Haushaltseinkommen bei Alleinstehenden monatlich unter 930 €, bei Ehepaaren unter 1.200 € liegt
  50 % + Zusatzkosten

- SchülerInnen, StudentInnen, Auszubildende, PraktikantInnen, InhaberInnen der Ehrenamtscard, Freiwilligendienstleistende, soweit eine Förderung mit Bundesmitteln nicht vorgesehen ist
  50 % + Zusatzkosten

- EmpfängerInnen von Hilfe zum Lebensunterhalt/Sozialhilfe (SGB XII), Arbeitslosengeld II/Sozialgeld (SGB II), Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (SGB XII)
  in der Regel **25 €** Mindestentgelt* + Zusatzkosten

- HannoverAktivPass
  in der Regel **25 €** Mindestentgelt

Dasselbe gilt auch für Ehegatten dieser Gruppen, soweit sie keine weiteren Einkünfte haben. Bei vergleichbaren oder weiteren Begründungen kann die VHS Direktion Entgeltermäßigungen gewähren.

Achtung: Ihren Ermäßigungsanspruch müssen Sie bei der Anmeldung durch die entsprechenden Ausweise, Belege oder Bescheide nachweisen.

* Bitte beachten Sie, dass das Mindestentgelt von 25 € (in der Regel) und evtl. Material-/Computernutzungsgebühren nicht ermäßigt werden.

Ausführliche Informationen finden Sie in diesen extra Broschüren:

Jahresprogramm VHS-Bildungsurlaub 2015

Deutsch als Fremdsprache Herbst 2015

VERANSTALTUNGEN

Foto: Marlena Waldthausen

Foto-Markt

Im Laufe eines Jahres entstehen viele, wundervolle Arbeiten in den Fotografiekursen, die dieses Semester zum ersten Mal im Rahmen eines Fotomarktes präsentiert werden.
Kommen Sie in die neuen Räume der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule und bestaunen Sie Fotos, Postkarten und vieles mehr der Kursteilnehmenden.

Natürlich kommen Sie mit den Teilnehmenden in Kontakt und können so auch Einblicke in das fotografische Kursangebot der VHS gewinnen.
Es ist auch die Gelegenheit, eine kleine Aufmerksamkeit für den Gabentisch zu erstehen.

880DPX8
Samstag • 14. November •11 – 14 Uhr
Haus der VHS • Eintritt frei

Der Eulenvater – Sabine Gogler

Radierungen der TN aus dem Kurs im Sprengel Museum

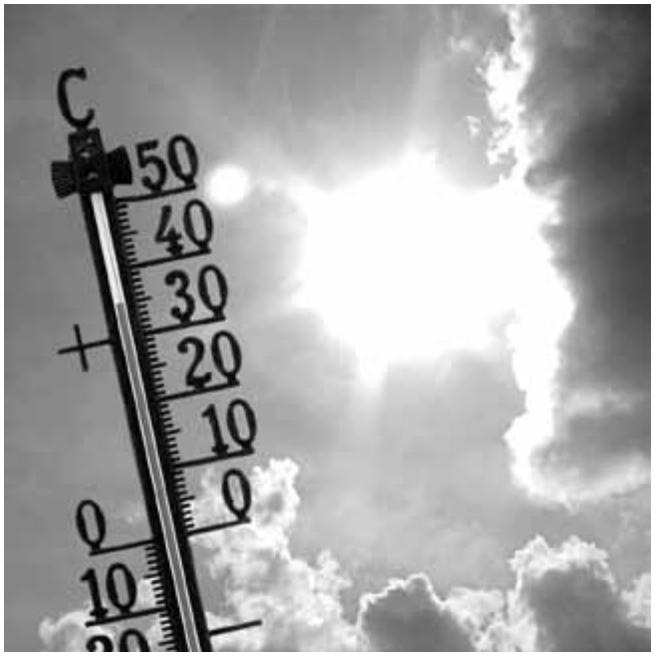
Graphik-Markt

Nacht & Nachtwesen

Die Nacht ist doch nicht so dunkel wie sie scheint. Gerade in den späteren Stunden bekommt die Königin der Nacht nach langen Jahren Pause ihre wunderbar duftende Blüte. Für die Nachtblüten ist das Sprengel Museum Hannover reich an Bildern! In den späteren Stunden beginnen auch Fledermäuse und andere Tiere ihre Tänze. Und es gibt auch Nachtmenschen, die erst in der Stille Inspirationen bekommen oder aktiv werden.

Eine Perlmutt-Mondnacht wirft silbrige Reflexe über die schlafende Welt und jeder Schatten scheint belebt. Märchenwesen, Elfen und Gnome sind nicht unvorstellbar – sondern von Kursteilnehmenden der Radierungskurse in zarte Realitäten gedruckt worden.

810DWX8
Samstag • 21. November • 11 – 15 Uhr
Haus der VHS • Eintritt frei



Vortragsreihe zum Klimawandel

Stadtbäume im (Klima-) Wandel

Referent: Dipl. Ing. Landschaftsarchitekt Hanspeter Geiges – Leiter des Grünflächen-Pflegemanagements im Fachbereich Umwelt und Stadtgrün seit 1998

Montag • 23. November • 17 Uhr
Haus der VHS

Im November 2015 wird die Vortragsreihe „Hannover im Klimawandel:Folgen und Anpassung“ in Kooperation mit dem Fachbereich Umwelt und Stadtgrün fortgesetzt.

Nach den bisher behandelten Themen Wasser, Boden, Risikovorsorge, Wetter/Gesundheit und Artenvielfalt wird diesmal der Fokus auf das Thema Stadtbäume gerichtet.

Der Eintritt ist frei,
um Anmeldung unter *aktiv.vhs@hannover-stadt.de* wird gebeten.

Nähere Informationen zum Vortrag sind ab September auf *www.hannover.de* unter dem Suchtext „Hannover im Klimawandel“ verfügbar.

Ausstellung

Mit dem Boden durch das Jahr – Bodenständiges Niedersachsen

16. November – 7. Dezember
Haus der VHS • Foyer

Die Generalversammlung der Vereinten Nationen (UN) hat das Jahr 2015 zum Internationalen Jahr des Bodens erklärt, um auf die Bedeutung des Bodens aufmerksam zu machen.
Auch der Fachbereich Umwelt und Stadtgrün der Stadt Hannover leistet einen großen Beitrag zum Schutz und Erhalt von Böden und möchte mit verstärkter Bildungs- und Öffentlichkeitsarbeit das Thema Boden in das Bewusstsein der hannoverschen Bevölkerung rücken.
Zum Abschluss des UN-Jahres wird vom 16.11. bis 7.12.2015 die Ausstellung „Mit dem Boden durch das Jahr – Bodenständiges Niedersachsen“ des Landesamtes für Bergbau, Energie und Geologie im Foyer der Volkhochschule Hannover präsentiert. Mit Hilfe einer überdimensionalen Karte können die unterschiedlichen Landschaften und Böden unserer Heimat kennengelernt werden.

Workshop

Guter Boden – Gesundes Leben – Wie gestalte ich einen „essbaren“ Balkon?

Samstag • 5. Dezember

Am 5. Dezember 2015, dem Weltbodentag, steht noch ein besonderes Workshop-Angebot auf dem Programm. Unter dem Titel „Guter Boden-Gesundes Leben – Wie gestalte ich einen „essbaren“ Balkon?“ rückt der Boden als Grundlage für die Nahrungsmittelproduktion in den Fokus. Teilnehmerinnen und Teilnehmer können eine Wurm-Kompostkiste selbst herstellen und lernen, wie ein Gemüse-/Kräutergarten auf kleinstem Raum gestaltet wird.

Das Angebot ist kostenfrei,
um Anmeldung unter *aktiv.vhs@hannover-stadt.de* wird gebeten.

Wenn eine Wurmkiste gewünscht ist (bitte bei der Anmeldung angeben), sind für die Bastelmaterialien 5 Euro an die Kursleitung zu entrichten.

Weitere Informationen unter *www.bodenwochen.de*

PROJEKTE

Youth on the Empowerment – YOTE
Online die Schlüsselkompetenzen verbessern

Das europäische Parlament und die Kommission verabschiedeten 2006 den Europäischen Rahmen für Schlüsselkompetenzen, der die zentralen Kompetenzen benennt und definiert, über die jede Bürgerin und jeder Bürger verfügen sollte:

1. Muttersprachliche Kompetenz
2. Fremdsprachliche Kompetenz
3. Mathematische Kompetenz
4. Computerkompetenz
5. Lernkompetenz
6. Soziale Kompetenz und Bürgerkompetenz
7. Eigeninitiative und unternehmerische Kompetenz
8. Kulturbewusstsein und kulturelle Ausdrucksfähigkeit

Seit November 2013 arbeiten wir in einem Projekt mit Einrichtungen aus Spanien, Italien, Griechenland, Tunesien und Österreich zusammen, um eine Methode zu entwickeln, die jungen Menschen hilft ihre Schlüsselkompetenzen zu verbessern. Das Projekt „Youth on the Empowerment – YOTE“ wird von der Europäischen Union finanziert.
Auf *www.yote.eu* findet sich nun ein Elearning-Kurs zum Training der acht Schlüsselkompetenzen. Nach einem theoretischen Teil über jede Schlüsselkompetenz müssen Testfragen beantwortet werden. Am Ende erfordert ein Praxisbeispiel den richtigen Einsatz aller Schlüsselkompetenzen in Situationen des täglichen Lebens oder einem speziellen Berufsfeld (Tourismus oder Pflege). Die Teilnehmenden bekommen nach erfolgreicher Durchführung ein Zertifikat. Ein Leitfaden auf Deutsch führt in den Kurs ein. Der Onlinekurs ist kostenlos

Weitere Informationen finden Sie auf der Projektwebsite *www.yote.eu* oder *bei renate.ackermann@hannover-stadt.de*

Gefördert vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge und dem Europäischen Sozialfonds

Projekt

Deutsch für den Beruf

Seit über 4 Jahren bietet die VHS Kurse im Projekt „Deutsch für den Beruf“ an. Menschen mit Migrationshintergrund erhalten 6 Monate lang Unterricht in Deutsch und grundlegende Kenntnisse in dem von ihnen angestrebten Berufsbereich. Ein vierwöchiges Praktikum gibt dann Einblick in die tatsächliche Arbeitswelt. Die Kosten werden vollständig durch das Projekt übernommen. Viele Menschen haben in dieser Zeit die Kurse genutzt, um ihre Sprachkenntnisse wieder aufzufrischen und den Schritt auf den Arbeitsmarkt zu wagen. Die VHS hat sich dabei auf Kurse im Bereich „Büro und kaufmännische Berufe“ spezialisiert. Nun freuen wir uns, dass diese Arbeit weitergehen kann. Die Koordinationsstelle des Projektes, ALBuM, war in der Ausschreibung erfolgreich und so können wir die Kurse nun bis Ende 2017 weiter anbieten.

Informationen bei ALBuM, Christina Bötel, Tel. 168-44370
christina.boetel@hannover-stadt.de

Wir sind angekommen!

DIE VHS – JETZT AN DER LEINE!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Christiane Roth-Schönfeld
SPRECHZEITEN nach Vereinbarung
TEL 168-40872
ORT Haus der VHS, Raum 231, 2. Etage
E-MAIL
christiane.roth-schoenfeld@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Pamela Coordes
TEL 168-45359
ORT Haus der VHS, Raum 208, 2. Etage
E-MAIL pamela.coordes@hannover-stadt.de

JUNGE VHS

PROJEKTE UND KOOPERATIONEN

Lernförderung an Schulen
In Kooperation mit Schulen und dem Kommunalen Sozialdienst bietet die Junge VHS Lernförderung im Rahmen des Bildung- und Teilhabepakets direkt am Schulort an. In Einzel- oder Gruppenförderung werden Schülerinnen und Schüler in den Langzeitfächern von unseren erfahrenen Kursleitungen gefördert und gefordert. Wenn Sie wissen möchten, ob die VHS auch mit Ihrer Schule eine Kooperation hat, rufen Sie uns einfach an: Tel. 168-40872
Mehr Informationen zum Bildungs- und Teilhabepaket finden Sie unter *www.hannover.de*

Weitere Projekte der Jungen VHS finden Sie auf Seite 20

talentCAMPus
Die Junge Volkshochschule beteiligt sich an Angeboten im Rahmen des ganztätigen Ferienbildungsprogramms talentCAMPus *(www.talentcampus.de)* des Deutschen Volkshochschulverbandes. Die außerschulischen kostenlosen Projekte der kulturellen Bildung für Kinder und Jugendliche im Alter von 10 – 18 Jahren werden durch die Initiative „Kultur macht stark" des Bundesministeriums für Bildung und Forschung *(www.buendnisse-fuer-bildung.de)* finanziert.

Die Besonderheit des talentCAMPus ist die Kombination von standardisierten und freien Angeboten der kulturellen Bildung, die sich an einen geschlossenen TeilnehmerInnenkreis richtet.
Möchten Sie mehr Informationen dazu, wir geben Ihnen gerne Auskunft: Tel. 168-40872

In den Osterferien 2015 nahmen 18 Schüler aus neun Nationen an dem ganztätigen Projekt „Entdecke den Rhythmus in dir – Deutsch lernen mit Musik" teil. Am Vormittag bereiteten sie sich auf die A1 Prüfung des Goethe-Instituts vor, beschäftigten sich mit deutschen Liedtexten und erweiterten ihren Wortschatz rund um das Thema Musik. Nach Mittagessen und Entspannungsübungen stand die Musik ganz praktisch auf dem Plan. In Kooperation mit der Jungen Oper verbrachten die Schüler drei Nachmittage im Opernhaus und näherten sich mit Unterstützung der jungen Opernguides in Workshops dem Ballett Dornröschen an, das sie abschließend gemeinsam besuchten. Ansonsten wurde im Lindener Rathaus gesungen und musiziert.

Das Ferienprojekt „Entdecke den Rhythmus in dir" der Volkshochschule Hannover fand im Rahmen des TalentCAMPus statt. Die Kooperationspartner vor Ort waren die Berufsbildende Schule 6 und die Junge Oper.

KURSANGEBOTE

Natürlich stehen alle unsere Kursangebote jungen Menschen ab 16 Jahren offen. Manchmal ist es aber auch gut unter sich zu sein, weil einen ganz andere Inhalte und Themen interessieren als Erwachsene, man mit anderen Methoden lernen oder sich mit Gleichaltrigen austauschen möchte. Oder für die „Erwachsenenkurse" ist man noch nicht alt genug. Deshalb gibt es hier spezielle Kursangebote für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Einige Kurse richten sich auch an Kinder/Jugendliche und Erwachsene, damit man gemeinsam etwas erleben kann. – Einfach nachschauen – etwas Passendes finden – und sich anmelden.

SchülerInnen, Auszubildende und StudentInnen erhalten 50 % Ermäßigung auf die angegebene Kursgebühr, sofern nicht bereits auf einen ermäßigten Preis hingewiesen wird. Möglichkeiten einer Preisreduzierung, z. B. für Hannover Aktiv-Pass Inhaber, können gerne erfragt werden. Entsprechende Bescheinigungen müssen uns vor Kursbeginn vorliegen.

Gerne können Sie auch bei uns anfragen, ob wir die unten aufgeführten Kursangebote für eine Schulklasse oder Kleingruppe ab 10 Personen durchführen. Entweder in der VHS oder bei Ihnen vor Ort. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wir beraten Sie kompetent und stellen ein individuelles Angebot für Sie zusammen

JUNGE VHS SPRACHEN

ENGLISCH

Mehr Infos unter Tel. 168-45936

ab 16 Jahre

Englisch Workshops für Schule, Studium und Ausbildung

Wenn in der Schule oder an der Uni wichtige Prüfungen oder Zeugnisse anstehen, bietet diese Workshop-Reihe eine Gelegenheit, eure Englischkenntnisse „auf Vordermann" zu bringen. Jeder Workshop hat als sprachlichen Schwerpunkt eine der Kernfertigkeiten: Schreiben, Lesen, Hören und Sprechen mit unterstützender Grammatik- und Wortschatzarbeit. Der Unterricht ist interaktiv angelegt und hilft euch in einer stress- und angstfreien Umgebung auch Spaß an Englisch zu entwickeln – die Sprache, die über die Lernanforderungen in der Schule oder an der Uni hinaus auch die globale Berufskommunikation in fast jeder Fachrichtung bestimmt. Join in and find out!

Workshop I

Speaking Practice

72238L8

Stephanie Sykes
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 5 x 2 Ustd.
12. November – 10. Dezember
Haus der VHS
25 € + 6,50 € Zusatzkosten

Workshop II

Grammar and Writing

72239L8

Stephanie Sykes
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 5 x 2 Ustd.
4. Februar – 3. März
Haus der VHS
25 € + 6,50 € Zusatzkosten

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Mehr Infos unter Tel. 168-44787

B2 Die Dinge auf den Punkt bringen: Schreibtraining für Schule, Studium und Beruf

Sie müssen komplexe Sachverhalte strukturiert schriftlich zusammenfassen, Sie schreiben Briefe, Klausuren oder auch Aufsätze. Aber manchmal fehlen Ihnen dabei präzise Formulierungen, Sie sind unsicher, ob man etwas „so" ausdrücken kann. Und es gelingt Ihnen oft nicht, Wiederholungen zu vermeiden? Dann ist dieser Kurs für Sie geeignet. Ihrem konkreten Bedarf in Ausbildung und Beruf entsprechend werden wir das Formulieren von Briefen und Texten trainieren, Informationen zusammenfassen und komplexe Sachverhalte auf den Punkt bringen. Dabei werden wichtige „handwerkliche" Grundlagen für das Schreiben wiederholt wie etwa:

- Satzkonstruktionen
- Spezifische Formulierungen
- Verwendung des Konjunktivs
- Neue Rechtschreibung
- Interpunktion
- Vokabeltraining

Das Angebot richtet sich an Berufstätige, an KandidatInnen für die Immaturenprüfung, Studierende sowie SchülerInnen an weiterführenden und Berufsbildenden Schulen.

71024N4

Andrea Höhn
Mittwoch, 17.30 – 20 Uhr, 13 x 3 Ustd.
9. September – 16. Dezember
Volkshochschule Büssingweg
Büssingweg 9, Eingang links
107,50 €

vhs-app siehe Seite 238

LERNEN AM PC

Lust auf ein etwas anderes Lernen?
Dann probiere es doch mal mit einem Lernprogramm im VHS-Lernzentrum Linden.
Mit spezieller Software für Kinder und Jugendliche kannst du Sprachen lernen, deine Kenntnisse in Naturwissenschaften verbessern oder dich mit Lernspielen am PC beschäftigen.
Außerdem kannst du unsere PCs für Recherchen nutzen.
Das hört sich interessant an? Nähere Informationen bekommst du auf Seite 231.
oder unter Tel. 168-49682. Wir freuen uns auf dich!

JUNGE VHS
NEUES ENTDECKEN – HOBBY UND FREIZEIT

In Kooperation mit dem Theater im Pavillon

Für Interessierte von 14 – 20 Jahren

ICH, ICHer, am ICHsten Theatergrundlagen und eine Reise durch uns selbst…

Wir erforschen das Theater und lernen dabei fürs Leben. Was gehört alles zum Theaterbetrieb? Und was muss ein/e Schauspieler/in können? Gemeinsam gehen wir diesen Fragen auf den Grund und trainieren dabei Haltung und Bewegung, Ausdruck und Wahrnehmung, Stimme und Präsenz, Szenenentwicklung und Improvisation. All diese Fertigkeiten brauchen wir auf der Bühne und gleichzeitig stärken sie uns für den Alltag! Wir erforschen uns selbst und schaffen dabei Theater.

„Wer bin ich und wenn ja, wie viele?“ – Eine von dem deutschen Philosophen und Publizisten Richard David Precht geprägte Formulierung haucht einer der ältesten Fragen neues Leben ein und nun wollen auch wir ihr nachgehen. Wie sehen wir uns selbst und was zeigen wir davon? Wie sehen wir andere und wie werden wir wiederum von anderen wahrgenommen? Vor dem Hintergrund der Selbstinszenierung in Zeiten von Facebook & Co., aber auch davon losgelöst, wollen wir uns diesen Themen stellen und sie in einer Aufführung zum Abschluss des Workshops auf die Bühne bringen.

31511K8

Leonie Stratmann
Montag – Donnerstag, 11 – 16 Uhr, 4 x 6 Ustd.
26. – 29. Oktober
Haus der VHS/Pavillon
48 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
bereits ermäßigt

Ferienangebot für Jugendliche ab 12 Jahre

Ich bin ich – das Portrait als Druckgrafik (Linolschnitt)

Gemeinsam wollen wir von uns Portrait-Zeichnungen erstellen und sie dann auf eine Druckplatte übertragen. Bei dem Linolschnitt handelt sich um ein Hochdruckverfahren, das heißt, das “hohe Hohe“ druckt, und die Linien, die eingeschnitten werden, sind somit negativ und drucken nicht. Die einmal entstandene Druckplatte lässt es problemlos zu, viele Abzüge in verschiedenen Farben herzustellen. Wer mag, kann das Thema auch erweitern, der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Material kann bei der Kursleiterin käuflich erworben werden.

81500K8

Imke Schlegel (Kostümdesignerin)
Montag – Mittwoch, 10 – 13.30 Uhr, 3 x 4 Ustd.
26. – 28. Oktober
Haus der VHS
36 € + 3,50 € Bearbeitungsgebühr
bereits ermäßigt

Papiertheater anhand der „Zauberflöte“ Oper von W. A. Mozart

Nachdem wir uns zusammen dem Inhalt und den Figuren der Oper „Zauberflöte“ angenähert haben, wollen wir mit einfachen Mitteln ein Papiertheater bauen. Dies kann entweder als Schattentheater mit Stabfiguren oder als Guckkastenbühne mit verschiedenen Bühnenbildern und Figuren sein. Je nach Zeitplan können am Ende Fotos mit Beleuchtung der Bühnen entstehen oder sogar kleine erste Aufführungen vorgeführt werden. Material bitte mitbringen: verschiedene Tonkartonbögen, Pappkartons, Stoffreste, Farben,etc.…

81501K8

Imke Schlegel (Kostümdesignerin)
Samstag + Sonntag, 10 – 13.30 Uhr, 2 x 4 Ustd.
31. Oktober + 1. November
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsgebühr
bereits ermäßigt

Ferienangebot für Jugendliche ab 13 Jahre

Graffitiworkshop – Graffiti entwerfen und umsetzen

Wie entsteht ein künstlerisches Graffito? Mit dieser Kernfrage setzen wir uns auseinander und realisieren bunte Schriftzeichen von der ersten Skizze bis zum vollkolorierten Ergebnis. Hierzu bemalen wir Leinwände mit Acrylstiften und Sprühdosen. Somit erhält jede/r Teilnehmer/in sein persönliches Graffito als Leinwandarbeit nach Beendigung des Kurses.

Es entstehen Materialkosten in Höhe von 22 € pro Person, die vor Ort bezahlt werden.

Nikolaj Hochhalter arbeitet als Farbdesigner und Graffitikünstler. Dabei definieren z. B. Farbkonzeptionen für Fassaden und künstlerische Wandgrafiken die Aufgabenfelder seiner kreativen Tätigkeiten.

81502K8

Nikolaj Hochsteder
Montag – Donnerstag, 12 – 17 Uhr, 4 x 6 Ustd.
19. – 22. Oktober
Haus der VHS
84 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
bereits ermäßigt

Graffiti siehe Seite 126

In Kooperation mit der Deutsch-Japanische Gesellschaft Hannover Chado-Kai e. V.

Für Jugendliche ab 10 Jahre

Comic/Manga zeichnen für EinsteigerInnen

Auch wenn du Anfängerin oder Anfänger bist, wird dir hier gezeigt, wie du aus einfachsten geometrischen Formen eine echte Figur konstruieren kannst. Dazu gehört auch Augenformen, Frisuren und Kleidung im Manga/Comic-Stil zu entwickeln. Zusätzlich werden die für Manga typischen „Chibis“ mit verschiedenen Emotion gezeigt und gezeichnet.

Tina Kajander ist freischaffende Künstlerin und Mitbegründerin des Manga Club Hannover

81503K8

Tina Kajander
Samstag + Sonntag, 10 – 14.15 Uhr, 2 x 5 Ustd.
26. + 27. September
Haus der VHS
25 € (bereits ermäßigt)
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ferienangebot
Nähkurs für SchülerInnen von 12 – 16 Jahren

Gekauft? – Nein, selbstgemacht!

Etwas Selbstgemachtes ist immer etwas Besonderes und Nähen ist richtig cool. Wer gerne erste Erfahrungen mit der Nähmaschine machen und auch noch etwas selbst herstellen möchte, ist in diesem Kurs genau richtig! Wir wollen zum Herbst ein modernes Sweatshirt oder Minikleid nach einem einfachen Schnitt nähen und individuell gestalten. –
Ein Einzelstück, das es nicht zu kaufen gibt.
Bei der Vorbesprechung erfahrt ihr, was ihr alles für den Kurs mitbringen müsst.

93534K8
Rita Kirschstein
Mittwoch, 17 – 17.45 Uhr (Vorbesprechung)
14. Oktober
Mittwoch – Freitag, 10 – 13.30 Uhr, 3 x 4 Ustd.
21. – 23. Oktober
Haus der VHS
32,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
bereits ermäßigt

Ferienangebot
für Kinder und Jugendliche von 10 – 14 Jahren

Schmuckherstellung leicht gemacht

Entdecke deine eigene Kreativität und stelle nach deinen Wünschen Ohrringe, Halsketten oder Armbänder her. An jedem Nachmittag erlernst du eine neue Technik der Schmuckherstellung und bekommst gezeigt, wie du deine Lieblingsstücke sicher verschließen kannst. Natürlich kannst du deine Schätze mit nach Hause nehmen.
Materialkosten in Höhe von 8 € werden vor Ort bei der Kursleitung bezahlt.

59543K8
Olga Ständer
Mittwoch – Freitag, 15 – 17.15 Uhr, 3 x 3 Ustd.
28. – 30. Oktober
Haus der VHS
22,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
bereits ermäßigt

In Kooperation mit Cluster Sozialagentur
Ferienangebot für alle ab 12 Jahre

Rap Mentor werden

Du interessierst dich für Rap, möchtest deine Skills verbessern und diese an andere Jugendliche weitergeben? Dann bist du beim Rap-Mentor Workshop genau richtig! Hier werden wir uns mit den Grundlagen des Rap beschäftigen und diese durch kreative Übungen verfestigen. Am Ende des Workshops wirst Du das Erlernte anderen Jugendlichen vorführen und so vom Lernenden zum Lehrer!
Dozent Lorenz von Seherr-Thos ist freischaffender Booking Manager in der Hip Hop Szene.

34001P8
Lorenz von Seherr-Thos
Montag – Mittwoch, 14 – 17.30 Uhr,
3 x 4 Ustd. (mit Pause)
26. – 28. Oktober
Lindender Rathaus
36 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Mit Jugendlichen – lebendig und spanisch kochen!

Kochen muss Spaß machen, unkompliziert sein, schnell gehen, toll schmecken und sogar gesund sein! Wir wollen ein spanisches Erlebniskochen veranstalten – kreative Speisen zaubern und „majestätisch“ verspeisen. Als lebendiger Spanier und begeisterter Amateurkoch freut sich Francisco Ruiz Diaz auf Eure Kochkreativität im jugendlichen Team!

92330U8
Francisco Ruiz Diaz
Dienstag – Donnerstag, 14 – 17 Uhr, 3 x 4 Ustd.
20. – 22. Oktober, Nachmittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € (bereits ermäßigt) + 13 € Lebensmittelkosten + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Projekt „Hannover lernt jung!“
siehe Seite 20

AUF EIGENEN FÜSSEN STEHEN – KOMPETENZEN UND STRATEGIEN FÜR LERNEN UND LEBEN

Für Jugendliche ab 13 Jahre

Babysitting – ein Kurs zur Vorbereitung

ⓘ Mehr Infos unter Tel. 168-43918

Vielleicht habt ihr schon mal darüber nachgedacht, euch etwas Geld mit Babysitten zu verdienen oder ihr habt vor, als Au-Pair ins Ausland zu gehen. Um sich kompetent um ein Baby oder Kleinkind kümmern zu können, ist es wichtig zu wissen, was diese kleinen Menschen brauchen und möchten. Damit der Job Freude macht und eure „Arbeitgeber" mit euch zufrieden sind, lernt ihr hier etwas über die Entwicklung des Kindes, Kinderernährung, Körperpflege, Kinderkrankheiten, Aufsichtspflicht, Versicherungsschutz, Unfallverhütung, erste Hilfe Maßnahmen ebenso wie die richtige Kommunikation mit den Eltern. Und ganz wichtig – wie ihr viel Spaß beim gemeinsamen Spielen und Forschen, aber auch beim Zubettgehen habt. Am Ende des Kurses erhaltet ihr den „Babysitter-Pass", mit dem ihr eure erlernten Kompetenzen. nachweisen könnt. Auf Wunsch stellen wir euch den Babysitter-Pass gegen eine Gebühr von 5 € zusätzlich auf Englisch aus.

21530S2
Horst Hillen
Samstag + Sonntag, 11 – 16.15 Uhr, 12 Ustd.
5./6. September
Haus der VHS
18 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
(bereits ermäßigtes Entgelt für SchülerInnen)

21531S2
Horst Hillen
Samstag und Sonntag, 11 – 16.15 Uhr, 12 Ustd.
5./6. Dezember
Haus der VHS
18 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
(bereits ermäßigtes Entgelt für SchülerInnen)

21730S2
Horst Hillen
Samstag und Sonntag, 11 – 16.15 Uhr, 12 Ustd.
13./14. Februar 2016
Haus der VHS
18 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
(bereits ermäßigtes Entgelt für SchülerInnen)

Für junge Menschen ab 16 Jahre

Ausstrahlung und Auftreten

Nerven euch manchmal die Erwachsenen mit ihren Ratschlägen und Vorschriften? Wie mache ich mich dann verständlich? Was ist mein Part in einem guten Miteinander? Wie werde ich selbst durch aktives Handeln großzügig und tolerant ohne dabei schwach zu wirken? Als Macher musst Du die Fäden in der Hand halten und die Mittel haben, Menschen zu überzeugen. Im Sportverein gelten andere Umgangsformen als im Bewerbungsgespräch oder im Schulunterricht. Eröffne ich mir mit Hilfe guter Umgangsformen Zukunftschancen? Du wirst nur respektiert, wenn Du Deine Umgangsformen flexibel anpassen kannst und in allen Bereichen angemessen sprichst und handelst. Der erste Eindruck, was sage ich nonverbal aus? Körpersprache und selbstsicherer Blickkontakt, positive Ausstrahlung, klare und direkte Kommunikation. Anhand von nachgestellten Gesprächssituationen aus eurem Alltag ergründen wir eure persönlichen Stärken. Wir lernen Feedback zu geben und zu nehmen und lernen mithilfe von Theatertraining, den eigenen Körper besser zu kontrollieren.

16500K8
Narissa Rothhardt
Samstag/Sonntag, 10 – 17 Uhr, 16 Ustd.
10. + 11. Oktober
Haus der VHS
56 € (ermäßigt 28 €)
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ferienangebot

Abitur – vorbereitet sein

Die Oberstufe hält schon immer, aber auch gerade nach der Verkürzung der Schulzeit auf 12 Jahre, eine unübersehbare Fülle an Informationen bereit. Viel zu viele, um sie vor dem Abi zu verarbeiten und zu verdauen. Die zentrale Abiturprüfung ist noch nicht einmal von den Lehrkräften verdaut, der Unterricht noch nicht auf diese Form des Abiturs ausgerichtet und soll und muss trotzdem von den SchülerInnen bewältigt werden. Eine Vielzahl von Stressoren, die den Spaß am Lernen behindern und effektives Arbeiten verhindern. Dieser Kurs wendet sich an all die OberstufenschülerInnen, die sich mit Freude und Leichtigkeit aufs Abitur vorbereiten wollen. Er zeigt, wie man mit einfachen Mitteln zu sich und seinen Ressourcen findet. Außerdem werden für die mündliche und schriftliche Abiturprüfung Strategien vermittelt, um Stress und Angst abzubauen. Das ermöglicht, offen für das Lernen zu sein und so gelassen große Aufgaben bewältigen zu können.

25500K8
Ludwig Thöle
Mittwoch – Freitag, 10.30 – 12 Uhr, 3 x 2 Ustd.
28. – 30. Oktober
Haus der VHS
19,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
bereits ermäßigt

NEU M3-WORKSHOPS
Kreative und Modebegeisterte aufgepasst:
Ab jetzt bietet M3 **Tages-, Wochenend- und Abendkurse** für Anfänger und Fortgeschrittene an.
Infos unter: M3-MenschenMachenMode.de

WEITERE KURSANGEBOTE FÜR JUGENDLICHE

LINUX Grundlagen
Hier lernt man, wie Linux auf dem Computer installiert und im Alltag verwendet werden kann – als Home Server, als Alternative zu Windows, als Digitalreceiver oder als Telefonanlage.
Nähere Informationen siehe Seite 228

ECDL – Europäischer Computer Führerschein
Mit ihm lernt ihr den sicheren und schnellen Umgang mit Programmen wie Word, Excel oder Powerpoint. Die umfassende Vorbereitung auf den ECDL macht fit am PC für Studium und Beruf. Mit der erfolgreichen Prüfung erhaltet ihr von uns ein Zertifikat, das eure Fähigkeiten weltweit in 148 Ländern nachweist. Auch die Stiftung Warentest empfiehlt den Computerführerschein als Qualifikationsnachweis! Der ECDL prüft 7 Wissensgebiete (Module) ab. Nach 4 erfolgreichen Modulprüfungen wird automatisch der ECDL-Start erworben, nach 7 Modulprüfungen erhalten die Teilnehmenden das Zertifikat ECDL-Core. Ermäßigte Prüfungsgebühren für Schüler- und StudentInnen!
Nähere Informationen siehe Seite 212

iPod, iPhone, iPad – die Apple-Welt rückt näher! Wenn du zu Hause einen Mac (oder ein Macbook) hast und wissen willst, was damit alles geht, findest du unsere Apple Macintosh-Kurse ab Seite 219

Aus Aufnahmen gute Bilder machen, aus Videos interessante Filme:
Adobe Premiere Elements, Photoshop Elements u. a. m. ab Seite 222
… oder mit der
Freeware Gimp auf Seite 222

Mit der Freeware SketchUp zwei- oder dreidimensional zeichnen auf Seite 225

Statische und dynamische Webseiten selber erstellen und pflegen, Webseiten mit Content-Managementsystemen (Freeware) realisieren (und das auf einem USB-Stick zum Mitnehmen) ab Seite 225

Bloggen im Internet auf Seite 221

Grundlagen der Programmierung mit Java ab Seite 228

Tastschreiben am PC für Kinder und Jugendliche auf Seite 210

Bewerbungstraining auf Seite 47

TIPPS ZUR WEITERBILDUNG

Zweiter Bildungsweg siehe Seite 234 ff

Studium ohne Abitur siehe Seite 236 und Seite 238

Weiterbildungsberatung siehe Seite 29

SchülerInnen, Auszubildende und StudentInnen erhalten 50 % Ermäßigung auf die angegebene Kursgebühr, sofern nicht bereits auf einen ermäßigten Preis hingewiesen wird. Möglichkeiten einer Preisreduzierung, z. B. für Hannover Aktiv-Pass Inhaber, können gerne erfragt werden. Entsprechende Bescheinigungen müssen uns vor Kursbeginn vorliegen.

anna leine
Kaffee, Küche und Kultur

GUTSCHEIN
für 1 Tasse Genuss-Kaffee oder Genuss-Espresso
Gültig bis 30.11.2015 – für eine Person/Tag

Genießen Sie unsere Kaffee-Spezialitäten und die kleine Genuss-Küche im **anna leine**: Frühstück, Snacks, Mittagstisch und vieles mehr – immer kreativ mit Liebe zubereitet! Einfach frisch und lecker.

anna leine
Direkt in der neuen VHS am Hohen Ufer
www.annaleine-hannover.de

DIALOG

POLITISCHE BILDUNG 16
BÜRGERBETEILIGUNG 18
PROJEKTE 20
ELEMENTARBILDUNG 21
STADTTEILORIENTIERTE KURSANGEBOTE 23
LESEN UND SCHREIBEN VON ANFANG AN 27
WEITERBILDUNGSBERATUNG 29

Foto: © LMDBV/photocase.com

E-MAIL vhs-dialog@hannover-stadt.de

SACHGEBIETSLEITERIN Arzu Altuğ
SPRECHZEITEN nach Vereinbarung
TEL 168-43944 **FAX** 168-41532
ORT Haus der VHS, Raum E 25
E-MAIL arzu.altug@hannover-stadt.de

KOORDINATIONSSTELLE INTEGRATIONSLOTSINNEN
Natalia Beckmann **TEL** 168-36341
ORT Lindener Rathaus
Lindener Marktplatz 1, Raum 2.28
E-MAIL natalia.beckmann@hannover-stadt.de

STADTTEILORIENTIERTE KURSANGEBOTE
Sigrid Busse **TEL** 168-44566
ORT Lindener Rathaus
Lindener Marktplatz 1, Raum 2.29
E-MAIL sigrid.busse@hannover-stadt.de

ANKOMMEN IN HANNOVER – ALLTAGSDEUTSCH FÜR FLÜCHTLINGE
Anne Kehrein **TEL** 168-49436
ORT Haus der VHS, Raum E 27
E-MAIL anne.kehrein@hannover-stadt.de

ALPHABETISIERUNG – LESEN UND SCHREIBEN VON ANFANG AN
Martina Poick **TEL** 168-40086
ORT Lindener Rathaus
Lindener Marktplatz 1, Raum 2.27
E-MAIL martina.poick@hannover-stadt.de

BERATUNG ALPHABETISIERUNG
TEL 168-45501
SPRECHZEITEN Montag und Dienstag
10 – 12 Uhr und nach Vereinbarung
(außer in den Schulferien)

OFFENE HOCHSCHULE UND HOCHSCHULZUGANGSBERECHTIGUNG IMMATURENBERATUNG BILDUNGSBERATUNG
Joachim Melcher **TEL** 300 33 889
ORT im ÜSTRA-Kundenzentrum (1. OG),
Karmarschstr. 30/32
E-MAIL joachim.melcher@hannover-stadt.de

ORGANISATION UND VERWALTUNG
Manuela Krawczyk
TEL 168-40926 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum E 26
E-MAIL manuela.krawczyk@hannover-stadt.de
Hiltrud Mariot **TEL** 168-45321
ORT Lindener Rathaus
Lindener Marktplatz 1, Raum 2.28
E-MAIL hiltrud.mariot@hannover-stadt.de

WEITERBILDUNGSBERATUNG
TEL 300 33 888
ORT im ÜSTRA-Kundenzentrum (1. OG),
Karmarschstr. 30/32 • 30159 Hannover
E-MAIL info@weiterbildungsberatung-hannover.de
INTERNET www.wbb-hannover.de

DAS BERATUNGSTEAM
Martina Poick
Wolfgang Braulich
Joachim Melcher

wbb Weiterbildungsberatung Hannover

Politische Bildungsreise

Berlin – Machtzentrum gestern und heute

RKR Studienreisen | VOLKSHOCHSCHULE Langenhagen

4tägige Busreise der Ada und Theodor Lessing Volkshochschule Hannover und der Volkshochschule Langenhagen in Kooperation mit RKR Studienreisen

Termin: Mitte April 2016

Abgesehen von gravierenden Rückschlägen wie der Zeit des Nationalsozialismus entwickelte sich Berlin seit seiner Gründung kontinuierlich zu der Stadt der Vielfalt, die heute weltweit respektiert und geschätzt wird.
Seit dem Mauerfall 1989 ist Berlin auch keine Mauerstadt mehr, sondern wird seitdem als Weltstadt wahrgenommen. Millionen Besucherinnen und Besucher haben sich seither auf den Weg in die deutsche Hauptstadt gemacht, um diesen Wandel mitzuerleben. Was ist aus Berlin geworden? Kreativstandort, Lifestyle-Metropole, Zentrum deutscher und internationaler Macht, Schauplatz der Geschichte?.

Geplantes Programm
Einen besonderen Höhepunkt dieser Bildungsreise bildet zweifellos der Besuch im Bundestag inklusive der Teilnahme an einer Plenarsitzung „live“ und Kuppelbesichtigung. Die Teilnehmenden gewinnen von der Besuchertribüne aus einen ungetrübten Einblick in die Politikgestaltung und einen persönlichen Eindruck vom Wirken der Parlamentarierinnen und Parlamentarier.

Darüber hinaus sind folgende Programmpunkte geplant (Änderungen vorbehalten):
- Besuch des Deutschen Historischen Museums mit dem Schwerpunkt Weimarer Republik, NS-Regime, Nachkriegszeit und Geschichte beider deutscher Staaten von 1949 – 1990
- Besuch und Führung im Dokumentationszentrum „Topographie des Terrors“: hier befanden sich während des „Dritten Reichs” die Zentralen der Geheimen Staatspolizei, der SS und des Reichssicherheitshauptamts
- Ausführliche Stadtrundfahrt und Spaziergänge
- Besuch im Deutschen Bundestag
- Besuch und Vortrag in der Niedersächsischen Landesvertretung
- Schifffahrt durch das Regierungsviertel
- Möglichkeit zum Besuch des traditionellen Varietés „Wintergarten“
- Zeit für eigene Entdeckungen (Dom, Museumsinsel, Nikolaiviertel u. a.).

Info
Arzu Altuğ, Tel. (0511) 168-43944
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover
E-Mail: *arzu.altug@hannover-stadt.de*

Shirin Schikowsky, Tel. (0511) 73079703
Volkshochschule Langenhagen
E-Mail: *schikowsky@vhs-langenhagen.de*

POLITISCHE BILDUNG

Völkermord
Zur Logik genozidaler Prozesse

In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Politische Psychologie (*www.agpolpsy.de*) und dem Institut für Soziologie an der Leibniz Universität Hannover (*www.ish.uni-hannover.de*) bietet die Ada und Theodor-Lessing Volkshochschule Hannover im Herbstsemester 2015 eine Veranstaltungsreihe aus Anlass des Gedenkens an den Völkermord an den Armeniern vor 100 Jahren an. Im Anschluss an eine allgemeine, vom Völkerrecht ausgehende Einführung in die historische, politische und psychologische Logik genozidaler Prozesse werden die darauf folgenden Vorträge aus unterschiedlichen Perspektiven den Völkermord an den Armeniern (1915 – 16), die Shoa (1939 – 45) und den Genozid in Ruanda (1994) behandeln.

Was ist Völkermord?
Eine Einführung in die Genozidforschung

Die 1948 beschlossene und 1951 in Kraft getretene Genozid-Konvention der UN definiert Völkermord als Handlungen, die ausgeübt werden, um eine nationale, ethnische, „rassische“ oder religiöse Gruppe ganz oder zum Teil durch Tötung, physische oder psychische Verletzung, die Auferlegung schädlicher Lebensbedingungen, Maßnahmen zur Geburtsverhinderung sowie die Verschleppung von Kindern zu zerstören. Es kommt also wesentlich auf die Absicht und damit auf das an, was in den Köpfen der Verantwortlichen und der TäterInnen vorgeht. Wie aber „funktioniert“ ein Genozid, welche politischen und sozialen Rahmenbedingungen sind erforderlich, was motiviert die TäterInnen und schließlich: Lassen sich die bekannten Völkermorde überhaupt miteinander vergleichen? Diesen Fragen wird der einleitenden Überblicksvortrag aus interdisziplinärer Perspektive nachgehen.

120PGX1
Referent: **Prof. Dr. Rolf Pohl**
Leibniz Universität Hannover
Moderation: **Arzu Altuğ**
Sachgebietsleiterin VHS Dialog
Mittwoch, 18.30 Uhr, 3 Ustd.
9. September
Haus der VHS, Saal
entgeltfrei, barrierefrei

Modernisierung, Nationalismus und Verschwörungstheorien: Der jungtürkische Völkermord an den Armeniern

Der Vortrag gibt einen historischen Überblick über den Völkermord an den Armeniern im Osmanischen Reich, der 1915-16 während des Ersten Weltkriegs vor den Augen der Weltöffentlichkeit und vor allem der deutschen Kriegsverbündeten verübt wurde. In einem breiten Bogen werden die Vorgeschichte, die Hintergründe und Zusammenhänge erörtert, die zu diesem Menschheitsverbrechen geführt haben: Die komplexe Melange aus osmanischer Modernisierung und europäischer Interventionspolitik, Hoffnungen und Ängsten, Macht- und Verteilungskämpfen, Nationalismus und Rassismus, religiösen Vorurteilen und neuen Verschwörungstheorien, schließlich die konkreten Auslöser und Wendepunkte des Jahres 1914.
Das Augenmerk richtet sich dabei nicht allein auf die Hauptverantwortlichen an der osmanischen Regierungsspitze. In einigen Fallbeispielen wird die Situation in den Provinzen, in den Dörfern und Städten dargestellt. Abschließend wird auf die anhaltende Leugnung durch die Türkei als letzte Etappe des Genozids eingegangen.

120QGX1
Referentin: **Elke Hartmann**
Forschungsprojekt „Houshamadyan“, wiss. MA am Historischen Seminar der Ludwig-Maximilians-Universität München
Moderation: **Arzu Altuğ**
Sachgebietsleiterin VHS Dialog
Dienstag, 18.30 Uhr, 3 Ustd.
6. Oktober
Haus der VHS, Saal
entgeltfrei, barrierefrei

Ganz normale Massenmörder? Zur Sozialpsychologie der NS-TäterInnenschaft

Ausgehend von der Frage, ob „etwa schlechthin alles, auch der Tod, auch der Terror, auch das Grauen, auch der Genozid dadurch ‚normalisiert‘ erscheinen [kann], dass es (…) ‚normal‘ funktioniert“ (Jürgen Link), soll der u. a. von Hannah Arendt hervorgehobenen Kluft zwischen der Monströsität der Taten und der „Banalität“ der nationalsozialistischen Täter nachgegangen werden. Das Hauptdefizit der aktuellen NS-Täterforschung besteht in dem weitgehenden Fehlen einer Reflexion der Begriffe „Normalität“ und „Pathologie“. Diese Kritik richtet sich aber nicht nur gegen eine inflationäre Verwendung des Normalitäts-Begriffs, sondern auch gegen die Gefahr eines ungeprüften Festhaltens an Begriffen der Psychopathologie. Mit beiden Zugängen lassen sich aus sozialpsychologischer Sicht die komplexen „Produktionsregeln“ (Peter Brückner) und damit die Logik des NS-Genozids an den Juden (und anderen „Fremdvölkischen“) nicht erfassen.

120RGX1
Referent: **Prof. Dr. Pohl**
Leibniz Universität Hannover
Moderation: **Arzu Altuğ**
Sachgebietsleiterin VHS Dialog
Mittwoch, 18.30 Uhr, 3 Ustd.
11. November
Haus der VHS, Saal
entgeltfrei, barrierefrei

Erinnern und Trauern in Ruanda nach dem Völkermord

Die Aufforderung „Erinnere Dich“ und die Mahnung „Niemals vergessen“ durchziehen die Erinnerungslandschaft in Ruanda nach dem Völkermord von 1994. Unbestritten ist die Tatsache des Völkermords und dass man sich seiner Erinnern soll. Umstritten ist jedoch, wie erinnert und wessen gedacht werden soll. Nach einem einführenden Überblick über Hintergründe und Verlauf des Völkermords beschäftigt sich der Vortrag damit, wie in Ruanda die Erfahrungen des Völkermords erinnert und betrauert werden. Ein besonderes Augenmerk gilt hier den Gedenkstätten, an denen jährlich in der nationalen Trauerwoche im April der Opfer des Völkermords gedacht wird.

120SGX1
Referentin: **Anne Brandstetter**
Johannes Gutenberg-Universität Mainz
Moderation: **Prof. Dr. Rolf Pohl**
Leibniz Universität Hannover
Mittwoch, 18.30 Uhr, 3 Ustd.
13. Januar 2016
Haus der VHS, Saal
entgeltfrei, barrierefrei

Rundgang zur jüdischen Lokalgeschichte

Seit über 700 Jahren leben Juden in Hannover. Ihre Geschichte ist Teil der Stadtgeschichte - aber unvergleichbar ist die jahrhundertelange Sonderstellung der jüdischen Minderheit am Rande der Gesellschaft. Besondere Gesetze gewährten gelegentlich Förderung und Schutz, bedeuteten aber zumeist Einschränkung, Schutzlosigkeit und Verfolgung. Nach der späten Gleichstellung der hannoverschen Juden 1848 wurde die „Judenfrage“ auch in unserer Stadt von Antisemiten sogleich wieder aufgegriffen – mit dem Ziel neuer Ausgrenzung. Unter der Herrschaft der Nationalsozialisten wurden die hannoverschen Juden verfolgt, vertrieben und schließlich in die Vernichtung geschickt. Der vierstündige Rundgang (mit kurzer Pause) führt zu Orten der jüdischen Lokalgeschichte. Treffpunkt 10 Uhr am Historischen Museum. Im Entgelt ist der Eintritt für das Historische Museum enthalten.
Peter Schulze ist Autor des Buches: Beiträge zur Geschichte der Juden in Hannover, das im Verlag Hahnsche Buchhandlung erschienen ist.

120AGX1
Referent: **Dr. Peter Schulze**
Sonntag, 10 – 14 Uhr, 4 Zstd.
10. Mai
13,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Jüdischer Friedhof An der Strangriede 1

BÜRGERBETEILIGUNG

IntegrationslotsInnen

IntegrationslotsInnen – Stadtweit im Einsatz

Seit 2007 sind in Hannover Integrationslotsen und -lotsinnen aus 33 Ländern bürgerschaftlich engagiert und in den Stadtteilen aktiv. Sie werden von Beratungsstellen, Vereinen, Nachbarschaftstreffs oder von Integrationsbeiräten um Unterstützung zur Förderung von Integrationsprozessen um Hilfe gebeten.

Bei diesem VHS-Angebot kommen Hannoveranerinnen und Hannoveraner zusammen, um Menschen verschiedener Kulturen kennen zu lernen, um Eingewanderte bei der Bewältigung ihrer Lebenslagen zu unterstützen. Die LotsInnen stärken das Selbsthilfevermögen der bunten Stadtgesellschaft. Sie sensibilisieren und engagieren sich für die interkulturelle Öffnung der Gesellschaft. IntegrationslotsInnen mit und ohne Zuwanderungsgeschichte setzen sich kultur- und sprachmittelnd ein und erhöhen die Integrationsbereitschaft auf beiden Seiten. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag zum Gelingen des Lokalen Integrationsplans der Stadt Hannover.

Nach der Qualifizierung erhalten die IntegrationslotsInnen durch die Koordinationsstelle gesicherte Begleitung, eine schriftliche, befristete Vereinbarung und Beratung bei den Einsätzen. Handlungsfelder sind zum Beispiel Begleitung zu Behörden, Schule, Studium, Freizeitgestaltung, Umzug, Übergang in den Job. Dabei erweitern sie ihre Kompetenzen und eröffnen sich und den Begleiteten häufig neue Wege zur Lösung von Problemen. Unterstützung erfahren sie außerdem durch das breite Angebot, dem Know-how und den teilnehmerfreundlichen Bedingungen der VHS Hannover. So qualifizieren sich einige beruflich weiter, entdecken neue Interessen oder andere regen Initiativen oder Projekte an oder engagieren sich selbst in ihrem Integrationsbeirat ihres Stadtbezirks.

Der 10. Basislehrgang zur Qualifizierung von IntegrationslotsInnen in der Landeshauptstadt Hannover findet voraussichtlich im **Frühjahr 2016** statt!

Info/Vorgespräch:
Natalia Beckmann, Tel. (0511) 168-36341
oder informieren Sie sich unter:
www.hannover.de/Integration/Integrationslotsen

BÜRGERBETEILIGUNG

In Kooperation mit der Gemeinde St. Nikolai

Stadtteilarbeitskreis Limmer

Der Arbeitskreis setzt sich mit allen Fragen des Wohnumfeldes des gesamten Stadtteils Limmer auseinander und erarbeitet Vorschläge zur Verbesserung der Lebenssituation aller BürgerInnen. Dies geschieht in Zusammenarbeit und Auseinandersetzung mit der Verwaltung und mit den politischen Gremien Bezirksrat und Sanierungskommission. Im Rahmen der Sanierung eines Teilgebietes von Limmer und der Conti-Brache werden Konzepte zur Grün- und Verkehrsplanung diskutiert und die Weiterentwicklung des Conti-Geländes kritisch begleitet.

12501G1
Cornelia Schweingel
Dienstag, 19.30 – 22 Uhr, 8 x 3 Ustd.
14-tägig
8. September – 15. Dezember
Gemeindehaus St. Nikolai, Sackmannstr. 27
entgeltfrei

Stadtteilgesprächskreis „Wir in Limmer“

Der Gesprächskreis mit Frauen aus Limmer ist besonders auf die Integration türkischer Frauen abgestimmt, jedoch offen für alle Frauen aus unterschiedlichen Ländern, die im Stadtbezirk leben. Bei den wöchentlichen Treffen haben die Migrantinnen die Möglichkeit, sich mit anderen Frauen aus dem Stadtteil auszutauschen. Auf einer breit gefächerten Angebotspalette werden unterschiedliche Themen aus dem Alltag angesprochen. Dazu werden Referentinnen eingeladen, um professionelle Arbeit im interkulturellen Kontext zu gewährleisten und den interkulturellen Dialog im Stadtteil voran zu bringen. Die Frauen nehmen aktiv am Leben im Bezirk teil und beziehen Position bei Aktivitäten und -befragungen. Mütter, deren Kinder zur Schule gehen, nehmen ihre Rolle als Elternteil aktiv und intensiv wahr.

12502G1
Gülendam Bakici
Mittwoch, 17.30 – 19 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Kastanienhof, Harenberger Str. 29
entgeltfrei

In Kooperation
mit dem Freizeitheim Vahrenwald:

Gesprächskreis „Was uns bewegt, was wir bewegen wollen“

Es gibt viele Themen, die uns bewegen, manchmal sind es politische, manchmal persönliche aus dem Leben und manchmal wollen wir einfach nur reden.
…und manchmal möchten wir uns auch woanders hinbewegen, kleine Ausflüge machen, Sehenswürdigkeiten ansehen oder mal ins Museum gehen.
…und manchmal möchten wir uns einfach nur ein bisschen bewegen, mal etwas Gymnastik oder ein bisschen Tanz, jedenfalls möchten wir ganz unterschiedliche Sachen machen, Spaß haben und ernst sein, Lustig sein…
Wenn Sie mitmachen möchten, kommen Sie einfach vorbei...
ⓘ FZH Vahrenwald,
Frau Michaelsen, Tel. 168-43861

12503G1
Tatjana Ilchenko
Freitag, 10.30 – 12 Uhr, 12 x 2 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Str. 92
entgeltfrei

Qualifizierungsreihe
für Schöffinnen und Schöffen

„RICHTER OHNE ROBE“

Eines der grundlegenden Merkmale einer demokratischen Gesellschaft ist die Unabhängigkeit der Justiz! Unabdingbar dazu gehören auch die ehrenamtlichen Richterinnen und Richter (Schöffinnen und Schöffen). Doch der größte Teil von ihnen übt dieses Ehrenamt im zweiten Jahr aus, hat bisher einige Einsichten und Kenntnisse über die Anforderungen dieses Ehrenamtes, aber vielleicht auch schon Erfahrungen, über die gesprochen werden sollte.
Aus diesem Grund führt die VHS Hannover in Kooperation mit dem Nds./Bremischen Landesverband ehrenamtlicher Richterinnen und Richter e. V. seit nunmehr sechs Jahren die Weiterqualifizierung durch.
In diesem Herbst-Kurs mit Exkursionen und weiteren Einblicken in die Vielfalt des Justizalltags werden den neuen Schöffinnen und Schöffen im zweiten Jahr ihrer Tätigkeit vertiefende Kenntnisse, Austausch von eigenen Erfahrungen und neue Einblicke vermittelt. An Exkursionen sind geplant - und werden dann im Internet und nach erfolgter Anmeldung mit E-Mail allen Angemeldeten zugänglich gemacht – der Besuch eines offenen Vollzugs für erwachsene Straftäter in Burgdorf, und auf Wunsch noch einmal der Besuch einer JVA in Hannover und Gespräche mit BAF, Einblicke in Anti-Aggressions-Training und ggfs. andere Methoden und der Besuch von ausgesuchten Beratungsstellen.
Das genaue Programm mit Inhalten und Terminen wird im Rahmen des ersten Treffens zum ausführlichen Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmenden gemeinsam abgestimmt und festgelegt.

Großer Erfahrungs-Austausch zum Beginn des Herbstsemesters 2015 im neuen Haus der VHS
Donnerstag, 24.9.15, 18 – 19.30 Uhr

Leitung: Hildegard Minthe, Vorsitzende
des LV Nds./Bremen für Schöffinnen und Schöffen

Kontakt: *h.minthe@online.de*
und die Homepage des Verbandes mit allen Veranstaltungen und Kursen:
www.schoeffen-nds-bremen.de
ⓘ Für Interessierte am Schöffenamt gibt es ab 2016 wieder einen Schnupperkurs in der VHS Hannover. Alles wird rechtzeitig bekannt gegeben.

12562G1
Auftaktveranstaltung zur Einführung
Donnerstag, 18 – 20.30 Uhr
24. September
ⓘ Arzu Altuğ, Tel. (0511) 168-43944
arzu.altug@hannover-stadt.de

PROJEKTE

Projekt

„Ankommen in Hannover – Alltagsdeutsch für Flüchtlinge“

Die Volkshochschule der Landeshauptstadt Hannover hat den politischen Auftrag bekommen, modellhaft Ankommenskurse in Flüchtlingswohnheimen in Kooperation mit den Betreiberinnen und Betreibern zu entwickeln, um dem akuten Erstbedarf zu entsprechen. Ziele sind, passgenaue Angebote zu entwickeln, den Flüchtlingen die ersten Sprachkenntnisse in Alltagsdeutsch zu vermitteln, bei Bedarf Alphabetisierungskurse einzurichten, die Kurse niedrigschwellig und kostenfrei anzubieten, bei den Teilnehmenden die Motivation zu fördern, am Angebot regelmäßig teilzunehmen und ggf. weiterführende Angebote wahrzunehmen.
Nach einer Bedarfserhebung sind modellhaft Kurse für hauptsächlich afrikanische Mütter im Flüchtlingswohnheim Hildesheimer Straße 161 sowie im Bürgerhaus Misburg für Bewohnerinnen der Flüchtlingswohnheime Anderter Straße 101, Deurag-Nerag-Straße 5 und Gollstraße 31 eingerichtet worden. Parallel zu diesen Kursen wird eine Kinderbetreuung angeboten. Für männliche, allein reisende Flüchtlinge aus der Notunterkunft Turnhalle Schule Büssingweg finden im Kulturhaus Hainholz modellhaft Kurse statt.
(Stand Juni 2015)

ⓘ Anne Kehrein, Tel. (0511) 168-49436

Projekt

Hannover lernt jung!

Teamer und Teamerinnen gesucht!

Die Ada und Theodor Lessing Volkshochschule Hannover bauen eine Junge VHS in Hannover auf! Künftig sollen Jugendliche ab 18 Jahren und junge Erwachsene Workshops für Jugendliche in der VHS planen und durchführen.
Dazu suchen wir engagierte junge Menschen, die ihre Talente oder Hobbies anderen Jugendlichen vermitteln wollen. Die Junge VHS möchte ein jugendliches Programm mit Euren Themen anbieten. Das könnten Workshops aus den Bereichen Musik, Medien, Poetry-Slam, Tanz, Sport, Politik oder Zirkus und viele andere mehr sein.
Wir suchen Junge Erwachsene im Alter von 18 – 27 Jahren, die ab Frühjahrssemester 2016 Projekte und Workshops in der VHS für andere Jugendliche anbieten wollen.

Wir bieten

- eine tolle und spannende Qualifizierung als Teamer und Teamerinnen an zwei Wochenenden im November und Dezember 2015
- eine neue Herausforderung, die wir gerne mit einem Zertifikat bescheinigen
- ein tolles Team von bis zu 10 Teamer und Teamerinnen mit viel Austausch und Unterstützung durch die VHS
- ein Honorar pro Unterrichtsstunde beim Einsatz als Teamer/Teamerin
- kreative Gestaltung von Programm und Programmflyer im Team

Wir erwarten

- die Bereitschaft, an den beiden Qualifizierungswochenenden in Hannover teilzunehmen
- die Bereitschaft eigenständige Workshops für die Junge-VHS ab 2016 anzubieten

Ihr bekommt von uns zwei Qualifizierungs-Workshops zum Sonderpreis von 50 € zu den Themen Moderation und Präsentation, Teamwork und Lerntechniken, Netzwerkarbeit und Fördermöglichkeiten sowie viel Info und Material rund um das Thema Workshop-Gestaltung.

Termine

2.10.2015 Auftaktveranstaltung
16.10., 17.10. und 18. 10.2015
15.1., 16.1., 17.1. 2016
29.01.2016 Abschlusspräsentation

Bitte meldet Euch formlos per Mail oder Telefon unter dem Stichwort „Junge VHS“ an. Das könnt Ihr gerne mit mehreren Freund/-innen machen, aber spätestens bis zum 14.September 2015 bei

ⓘ Arzu Altuğ, Tel. (0511) 168-43944
arzu.altug@hannover-stadt.de

Dieses Projekt wird mit Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) finanziell unterstützt.

Projekt

WechselZeiten

Wege suchen
neue Wege gehen
eigenes ausprobieren
Neu(es) anfangen
eigene Kräfte aktivieren

Zeit die Farben des Alltags zu wechseln
Zeit sich auszutauschen – mit Frauen –
vielfältig und bunt

- Eigene Ziele für Beruf und Alltag wirksam mit eigenen Ressourcen gestalten,
- Lebenskompetenzen und Balance stärken,
- sicherer bewerben – Kreativität macht stark!
- 4 Schritte zur Präsenz

6 Wochen (in den Herbstferien nicht)
4 Kurstage pro Woche
Verbindliche Teilnahme, inklusive Nachhaltigkeitstreffen im November und Dezember.

62619G5
22. September – 13. November
Freizeitheim Vahrenwald,
Vahrenwalder Straße 92
25 €

ⓘ Information und Anmeldung:
Martina Poick (VHS), Tel. (0511) 168-40086
Magret Michaelsen (FZH), Tel. (0511) 168-43861

Regionale Grundbildungszentren Niedersachsen

vhs Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V.

Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung

Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur

Projekt

Regionale Grundbildungszentren Niedersachsen – RGZ

7,5 Millionen Menschen in Deutschland können auch kürzere Texte nicht richtig lesen und schreiben, gelten somit als funktionale Analphabeten. In Niedersachsen sind circa 750.000 Menschen betroffen. Mit Unterstützung der Landesregierung werden daher geeignete Bildungsformate und –Konzepte entwickelt, die die Lebenssituation von Menschen verbessern. Mit Regionalen Grundbildungszentren soll das bereits vorhandene Angebot der Erwachsenenbildung erweitert und zielgruppengerechter ausgerichtet werden.

Das Verbundprojekt, das im Zusammenwirken der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung und des Landesverbandes der Volkshochschule Niedersachsen e. V. die Lese- und Schreibfähig keit von Erwachsenen verbessern soll, startete im Dezember 2012. Zunächst wurden fünf Regionale Grundbildungszentren an den Volkshochschulen Braunschweig, Hannover, Oldenburg, Osnabrück und Lüneburg eingerichtet. Am 1. Oktober 2013 konnten drei weitere Standorte ihre Arbeit aufnehmen: an der VHS Göttingen, der LEB Hameln und der Ev. Erwachsenenbildung in Stade.

Die Aufgabe des Verbundprojektes ist, vor Ort zusätzlich zu den bereits heute bestehenden Kursangeboten der Erwachsenenbildung weitere zielgruppengerechte Bildungsangebote für Menschen mit Defiziten beim Lesen und Schreiben zu entwickeln und sie zur Teilnahme zu motivieren. Dabei können die Volkshochschulen ihre über Jahrzehnte gewonnene Erfahrung und Kompetenz im Handlungsfeld Alphabetisierung und Grundbildung wirksam bündeln und gemeinsam weiterentwickeln.
Die Regionalen Grundbildungszentren können somit der Schlüssel beim Aufbau einer Grundbildungslandschaft sein, die möglichst vielen Menschen eine Chance auf Bildung und gesellschaftliche Teilhabe eröffnet.

Quellnachweis:
Bundesministerium für Bildung und Forschung

RGZ Regionale Grundbildungszentren Niedersachsen

RGZ Standort VHS Hannover

Projektschwerpunkt

Arbeitsplatzorientierte Grundbildung

Die Anforderungen an Lese- und Schreibkompetenzen in der Arbeitswelt haben sich auf allen Ebenen der betrieblichen Arbeitsorganisation in den vergangenen Jahren erheblich erhöht. Das betrifft insbesondere Qualifikationsbereiche, in denen eine große Anzahl von sogenannten ungelernten und angelernten Mitarbeiter-/innen tätig ist. Hier ist eine der großen Herausforderungen für ein Grundbildungszentrum zu sehen. Es geht darum, gezielt arbeitsplatzbezogene bzw. arbeitsmarktorientierte Grundbildungsangebote inklusive der dazu notwendigen Lernmaterialien zu entwickeln und zu erproben. Die VHS Hannover hat seit Beginn der Projektlaufzeit im Jahre 2012 mehrere Kurse für städtische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erfolgreich durchgeführt. Diese werden in der andauernden Förderphase 2015 vertieft und weiterentwickelt.

Projektschwerpunkt

Aufbau von Selbsthilfestrukturen

Initiierung eines Netzwerkes von Lernenden der Lese- und Schreibkurs der VHS Hannver führte im April 2014 zu der Gründung der ABC-Selbsthilfegruppe Hannover.
Diese Gruppe hat sich zum Ziel gesetzt, die Öffentlichkeit auf das Thema Alphabetisierung aufmerksam zu machen und andere Betroffene zu ermutigen.
Möglichkeiten für die Öffentlichkeitsarbeit werden in einer Live-Radiosendung im NDR und mit einem eigenen Stand auf dem Selbsthilfetag 2015 wahrgenommen.
Neben diesen beiden Schwerpunkten hat sich der RGZ-Standort Hannover für das Jahr 2015 weitere Ziele gesetzt:

- Die Durchführung eines Kunstprojektes mit TeilnehmerInnen der Lese-und Schreibkurse
- Die Initiierung eines „Runden Tisches“ zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung in Hannover und
- Eine flächendeckende Sensibilisierung von MitarbeiterInnen der Jobcenter der Region Hannover, Nienburg und Gifhorn.

Weitere Infos unter:
martina.poick@hannover-stadt.de

Die Selbsthifegruppe ABC

Die Selbsthilfegruppe trifft sich jeden Montag ab 16 Uhr im Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1.

Weitere Infos:
Tel. 0175 22 44 989
E-Mail: *selbsthilfegruppe@abc-letter.de*
www.abc-letter.de
martina.poick@hannover-stadt.de

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

ERWACHSENENBILDUNG VOR ORT

Die auf den folgenden Seiten aufgeführten Kurse sind ein besonderer Beitrag der VHS zur Integration von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte. Dieser Arbeitsbereich hat sich in den letzten Jahren immer mehr zu einem kommunalen, sozialräumlichen Netzwerk für Integration entwickelt, der dieses Ziel durch die Organisation im Sinne des viablen Lernens in Bildungs- und Weiterbildungsprozessen verfolgt. Derartige Prozesse sind so gestaltet, dass sie die quartiers- und milieubezogenen, lebenspraktischen Interessen, Motivationen und Bedarfe der Lernenden aufnehmen und ihnen entsprechen.

Das Lernkonzept setzt dabei auf Fähigkeiten, Potenziale und Motivation als Ressourcen für die eigene Lebensgestaltung, fördert so Ermutigung und Respekt und schafft Identifikationsmöglichkeiten. So entstehen Angebote aus Bedarfen vor Ort und mit Personen, die nicht oder nur unregelmäßig an primären oder sekundären Bildungsprozessen teilgenommen haben und den Stadtteil, das Wohnquartier nicht oder sehr selten verlassen.

Alle Integrations- und Orientierungsangebote werden in den entsprechenden Stadtteilen zusammen mit Kooperationspartnern vor Ort unter partizipativer Einbeziehung der MigrantInnen und BewohnerInnen durchgeführt und bilden eben so dieses Netzwerk, das im Sinne der Befähigung zur Beteiligung seine politische Dimension gewinnt.

Letztendlich ist dieses Angebot bewusst niedrigschwellig angesetzt, um einerseits die soziale, inhaltliche und räumliche Erreichbarkeit zu gewährleisten. Andererseits bietet der Zugang zu den o.a. Bildungsprozessen die Möglichkeit des Anschlusses bzw. der Fortsetzung in den höherschwelligen, zentral organisierten Angeboten der VHS.

Lassen Sie sich zu Beginn des Kurses bei der Kursleitung beraten.

STADTTEILORIENTIERTE KURSANGEBOTE

Deutsch in Grundschulen/Familienzentren

Mama lernt Deutsch – Papa auch!

Die VHS Hannover bietet das Angebot in folgenden Grundschulen an:
Grundschule Kastanienhof – Limmer,
Fridtjof-Nansen-Schule – Vahrenheide und
Grundschule Hägewiesen – Sahlkamp
Hinrich-Wilhelm-Kopf-Schule – Kleefeld.
Spielpark Linden/Familienzentrum – St. Vinzenz und Familienzentrum – Nieschlagstraße.
Diese Kurse wenden sich ausdrücklich an Migrantinnen und Migranten und knüpfen an ihre Situation als Eltern an: Eltern in der Migration wollen ihre Kinder unterstützen und stoßen dabei manchmal an ihre Grenzen, wenn sie keinen Zugang zur deutschen Sprache haben.Der organisatorische Rahmen ist in besonderer Weise auf die Lebenssituation von migrantischen Eltern abgestimmt. Die Kurse werden wohnortnah in Schulen angeboten, sie sind auf hindernisfreies Lernen angelegt und haben ein einfaches Anmeldeverfahren. Sie werden kostengünstig angeboten.
Die VHS Hannover verzahnt diese Angebote „Mama lernt Deutsch – Papa auch!“ mit vorhandenen Angeboten (wie z. B. Rucksackmütter in den Kindertagesstätten und Grundschulen, Stadtteilmütter, IntegrationslotsInnen, HIPPY), bringt es in bestehende Netzwerke ein und greift dabei auf bereits erprobte Curricula zurück.

Dauer: **September – Dezember 2015**

Vahrenheide/Sahlkamp

In Kooperation mit dem Stadtteiltreff Sahlkamp

Gesprächskreis für multinationale Frauen

71501G4
Birgitte Grimpe
Montag + Mittwoch, 9 – 11.15 Uhr, 24 x 3 Ustd.
14. September – 16. Dezember
Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstr. 15
25 €

Gesprächskreis Deutsch

71502G4
Zoia Nijnikova
Montag + Mittwoch, 8.45 – 11.15 Uhr, 24 x 3 Ustd.
14. September – 16. Dezember
Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstr. 15
25 €

Deutsch im Sahlkamp

71503G4
Anna Perewersew
Freitag, 9 – 11.30 Uhr, 12 x 3 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstr. 15
25 €

← *Deutsch im Stadtteil Mühlenberg*

Vahrenheide/Sahlkamp

Deutsch für SeniorInnen

Unterricht mit Grammatik und Lesen

71504G4
Margarete Klassen
Montag + Freitag, 10 – 11.30 Uhr, 24 x 2 Ustd.
14. September – 18. Dezember
Seniorenbegegnungsstätte, Plauener Str. 23 A
25 €

In Kooperation mit dem NaDu-Kinderhaus/ Familienzentrum Sahlkamp

Alltagskompetenz für Migrantinnen

12504G4
Sireya Sandıkçı
Mittwoch, 10 – 12.15 Uhr, 12 x 3 Ustd.
16. September – 16. Dezember
NaDu-Kinderhaus, Spessartweg 6
25 €

Nähkurs im Sahlkamp

93500G8
Şengül Akyol
Donnerstag, 9.15 – 12.30 Uhr, 12 x 4 Ustd.
17. September – 17. Dezember
NaDu-Kinderhaus, Spessartweg 6
25 €

Hainholz

In Kooperation mit dem Kulturhaus Hainholz

Deutsch in Hainholz

Deutsch für Frauen – Anfänger

71520G4
Sacia Meghriche
Montag + Mittwoch, 9.30 – 12 Uhr, 24 x 3 Ustd.
14. September – 16. Dezember
Kulturhaus Hainholz, Voltmerstr. 40
25 €

Deutsch für Frauen – Fortgeschrittene

71521G4
Sacia Meghriche
Dienstag + Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 24 x 3 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Kulturhaus Hainholz, Voltmerstr. 40
25 €

Stöcken

In Kooperation mit dem Quartiersmanagement Stöcken

Deutsch für Frauen

Anfängerinnen

71530G4
N. N.
Montag, 11 – 13.30 Uhr,
Donnerstag, 9 – 11.30 Uhr, 24 x 3 Ustd.
14. September – 17. Dezember
Mieterberatung, Lauckerthof 3
25 €

Aktiv Deutsch für den Alltag

71531G4
Silke Hansen
Montag, 11.30 – 13 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Stöcken, Eichsfelder Str. 101
25 €

Deutsch lernen

71532G4
Zoia Nijnikova
Montag + Mittwoch, 14 – 16.30 Uhr, 24 x 3 Ustd.
14. September – 16. Dezember
Liberale Jüdische Gemeinde, Fuhsestr. 6
25 €

Linden

Deutsch in Linden-Süd

71541G4
Rosemarie Schlätel
Dienstag + Donnerstag, 17.30 – 19 Uhr,
24 x 2 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Fachbereich Jugend und Familie
(Treffpunkt Allerweg), Allerweg 7 a
25 €

Nähkurs in Linden

93502G8
Şengül Akyol
Donnerstag, 13.30 – 16.45 Uhr, 12 x 4 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Familienhaus, Großkopfstraße 6
25 €

Mühlenberg

Deutsch lernen – multinational

Deutsch für TeilnehmerInnen mit wenigen Vorkenntnissen

71550G4
Renata Malecka
Montag + Mittwoch, 16 – 18.30 Uhr, 24 x 3 Ustd.
14. September – 16. Dezember
Freizeit- und Bildungszentrum Weiße Rose,
Stauffenbergplatz 3
25 €

Deutsch am Vormittag

71551G4
Renata Malecka
Montag, Mittwoch + Donnerstag,
10 – 12.30 Uhr, 36 x 3 Ustd.
14. September – 17. Dezember
Freizeit- und Bildungszentrum Weiße Rose,
Stauffenbergplatz 3
25 €

Erste Schritte Deutsch

71552G4
Renata Malecka
Dienstag + Freitag, 10 – 12.30 Uhr, 24 x 3 Ustd.
15. September – 18. Dezember
Freizeit- und Bildungszentrum Weiße Rose,
Stauffenbergplatz 3
25 €

Deutsch im Stadtteil Mühlenberg

71553G4
Tatiana Tsykounova
Dienstag, 16 – 18.30 Uhr, 12 x 3 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Freizeit- und Bildungszentrum Weiße Rose,
Stauffenbergplatz 3
25 €

Mittelfeld/Döhren

In Kooperation mit dem Quartiersmanagement und der Gemeinwesenarbeit Mittelfeld

Deutsch für den Alltag in Mittelfeld

71560G4
Tatiana Tsykounova
Montag, 15.05 – 17.35 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Döhren, Hildesheimer Str. 293
25 €

Deutsch in Döhren

71561G4
Tatiana Tsykounova
Montag, 17.40 – 20.10 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Döhren, Hildesheimer Str. 293
25 €

71562G4
Tatiana Tsykounova
Dienstag, 11.45 – 14.15 Uhr, 12 x 3 Ustd
15. September – 15. Dezember
Freizeitheim Döhren, Hildesheimer Str. 293
25 €

Deutsch für AnfängerInnen

71563G4
Tatiana Tsykounava
Montag, 12.30 – 15 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Döhren, Hildesheimer Str. 293
25 €

→

Mittelfeld/Döhren

„Mütter lernen Deutsch“

71564G4
Albina Sartorius
Freitag, 9 – 12.15 Uhr, 12 x 4 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Treffpunkt der Kulturen, Karlsruher Str. 2 c
25 €

Deutsch lernen am Computer

Dieser Kurs richtet sich schwerpunktmäßig an MigrantInnen, die ihre Deutschkenntnisse selbstständig festigen und erweitern möchten.

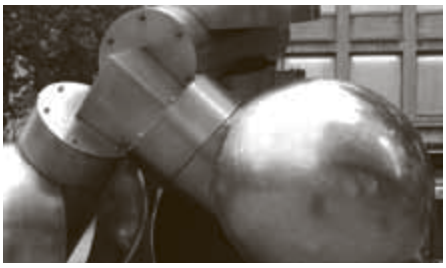
66500G4
Claudia Engel
Mittwoch, 14.30 – 17 Uhr, 12 x 3 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Treffpunkt der Kulturen, Karlsruher Str. 2 c
25 €

Roderbruch

Gesprächskreis Deutsch

71570G4
Anna-Maria Welz
Dienstag + Donnerstag, 10 – 11.30 Uhr,
24 x 2 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Gemeinschaftshaus Roderbruch, Kosselhof 3
25 €

Mitte und andere Stadtteile



Deutsch bei Arkadas e. V.

71571G4
N. N.
Dienstag + Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 24 x 3 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Arkadas e. V., Stiftstr. 13
25 €

AnfängerInnen

Deutsch lernen mit Hilfe neuer Medien

71580G4
Zoia Nijnikova
Dienstag + Donnerstag, 12.45 – 15.15 Uhr,
24 x 3 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Markplatz 1
25 €

Mit Grundkenntnissen

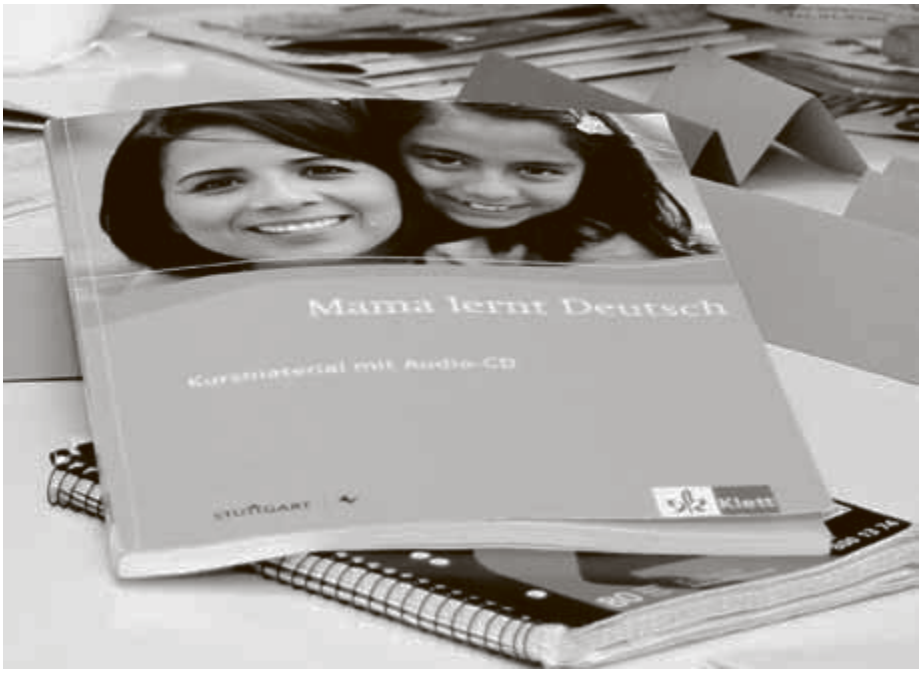
Deutsch lernen mit Hilfe neuer Medien

71581G4
Zoia Nijnikova
Dienstag + Donnerstag, 15.20 – 17.50 Uhr,
24 x 3 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Markplatz 1
25 €

In Kooperation
mit dem Kinderspielpark Ricklingen

Deutsch in Ricklingen

71582G4
Gorana Sturm
Dienstag + Donnerstag, 8.30 – 11 Uhr,
24 x 3 Ustd.
15. September – 17. Dezember
Kinderspielpark Ricklingen, Konrad-Hänisch-Str. 5
25 €



ALPHABETISIERUNG –

Da viele Betroffene diese Informationen nicht lesen können, bitten wir Sie: Helfen Sie und machen Sie lese- und schreibunkundige Erwachsene auf unser Kursangebot aufmerksam!

Foto: knallgrün/PHOTOCASE

LESEN UND SCHREIBEN VON ANFANG AN

Laut neuester Studien können mehr als 14 % der erwerbstätigen Bevölkerung nicht ausreichend lesen und schreiben. Das entspricht einer Größenordnung von 7,5 Mio. funktionalen AnalphabetInnen in Deutschland. Fehlerhaftes Schreiben zeigt sich bei weiteren 25 % der erwerbsfähigen Bevölkerung, das entspricht über 13 Mio. Menschen in Deutschland (siehe leo.-Level-One Studie).
In Zeiten wachsender Ansprüche an Qualifikation in unserer hoch technisierten, globalisierten Gesellschaft haben diese Menschen immer weniger Chancen, am Berufsleben teilzunehmen oder den Wiedereinstieg zu schaffen.
Für diesen Personenkreis hat die VHS Hannover ein differenzierendes Alphabetisierungsangebot entwickelt:
In unseren Kleingruppen können Sie in entspannter Atmosphäre von Grund auf lesen und schreiben lernen oder noch vorhandene Grundkenntnisse auffrischen und erweitern. Darüber hinaus bieten wir Rechen- und Computerkurse zum Erwerb von Grundkenntnissen an.
Durch ein Ermutigungstraining können Sie Selbstvertrauen gewinnen und soziale Kompetenzen stärken.
Menschen mit Migrationshintergrund, die ausreichend deutsch verstehen und sprechen, können die Schriftsprache erlernen.
In einem vertraulichen Beratungsgespräch wird von den pädagogischen MitarbeiterInnen der VHS Hannover herausgefunden, welcher Kurs am besten geeignet ist, die vorhandenen Kenntnisse zu nutzen und Defizite abzubauen.
Bei der Anmeldung entsteht im Schuljahr eine Gebühr von 30 € pro Semester. Der Einstieg in die laufenden Kurse ist jederzeit möglich.
Wenn es Ihnen so geht wie geschätzt fast 10.000 MitbürgerInnen in Hannover, die Schwierigkeiten haben, die alltäglichen schriftlichen Anforderungen zu bewältigen und dabei auf fremde Hilfe angewiesen sind, sollten Sie unser Alphabetisierungsangebot nutzen, um daran etwas zu ändern. Rufen Sie uns einfach an und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.
Kontakt und Beratungszeiten siehe links oben.

ÜBERSICHT DER KURSE IN DER SCHULE LINDENER RATHAUS

Vormittagskurse

Tag	Uhrzeit	Kurs
Montag	10 – 12 Uhr	Beratung
	9 – 12 Uhr	Lesen und Schreiben von Anfang an (Beginner)
	9 – 12 Uhr	Lesen und Schreiben von Anfang an (Fortgeschrittene)
	12 – 13.30 Uhr	Schreiben lernen am PC
Dienstag	10 – 12 Uhr	Beratung
	9 – 12 Uhr	Lesen und Schreiben von Anfang an (Beginner)
	9 – 13 Uhr	Lesen und Schreiben von Anfang an (Fortgeschrittene)
	12 – 13 Uhr	Lesekurs
Mittwoch	9 – 12 Uhr	Rechnen lernen Schritt für Schritt
	9 – 12 Uhr	Lesen und Schreiben von Anfang an (Beginner)
Donnerstag	9 – 12 Uhr	Lesen und Schreiben von Anfang an (Beginner)

Nachmittagskurse

Tag	Uhrzeit	Kurs
Montag	17 – 19.30 Uhr	Lesen und Schreiben (sehr Fortgeschrittene)
	17 – 19 Uhr	Lesen und Schreiben (Fortgeschrittene)
Dienstag	nach Vereinbarung	Beratung
	16.30 – 19.30 Uhr	Lesen und Schreiben mit PC (Fortgeschrittene)
Mittwoch	17 – 20 Uhr	Lesen und Schreiben (Beginner)
	17 – 20 Uhr	Lesen und Schreiben (Fortgeschrittene)
Donnerstag	15.30 – 17.30 Uhr	Lesen und Schreiben

Vormittags- und Nachmittagskurse

Lesen und Schreiben

Hier können Sie in kleinen Gruppen das Lesen und Schreiben üben. Wir gestalten die Kursarbeit mit erwachsenengerechten Unterrichtsmethoden und orientieren uns an Ihren alltäglichen Lebenserfahrungen und Ihrem Lerntempo.
Bei unserem Vormittags- und Nachmittagsangebot haben Sie die Möglichkeit, von Montag bis Donnerstag an den für Sie geeigneten Kursen teilzunehmen bzw. das gesamte Paket als Alphabetisierung und Grundbildung zu besuchen:

79010A4
Esra Tunakan + Maren Gühne-Gecks
Montag, 9 – 12 Uhr + Dienstag 9 – 13 Uhr,
14 x 3 Zstd. + 14 x 4 Zstd.
7. September – 22. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79012A4
Susanne Volhard
Montag, 9 – 13.15 Uhr + Dienstag, 9 – 12 Uhr,
14 x 4 Zstd. + 14 x 3 Zstd.
7. September – 22. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79000A4
Marina Hollander
Montag, 17 – 19 Uhr + Mittwoch, 16.30 – 19.30 Uhr,
14 x 2 Zstd. +13 x 3 Zstd.
7. September – 21. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79004A4
Maren Gühne-Gecks + Erika Phillips
Montag, 17 – 19.30 Uhr, 14 x 2, 5 Zstd.
7. September – 21. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79006A4
Christina Hartmann
Mittwoch, 17 – 20 Uhr, 13 x 3 Zstd.
9. September – 16.Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79008A4
Andrea Rumpf
Donnerstag, 15.30 – 17.30 Uhr, 14 x 2 Zstd.
3. September – 17.Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79011A4
Esra Tunakan + Marianne Menk
Mittwoch + Donnerstag, 9 – 12 Uhr, 27 x 2 Zstd.
9. September – 17. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

IN DEN STADTTEILEN

Mitte

Lesen und Schreiben von Anfang an

79030A4
Arzu Jale Odenwald
Montag + Donnerstag, 9.30 – 12.30 Uhr,
27 x 3 Ustd.
7. September – 17. Dezember
Grundschule Kastanienhof

Vahrenheide/Sahlkamp

Alphabetisierung für Migranten

79031A4
Avan Azad Mahmud
Mittwoch, 17 – 19.15 Uhr, 13 x 3 Ustd.
9. September – 22. Dezember
NaDu-Kinderhaus, Spessartweg 6

Lesen und Schreiben von Anfang an in der Dunantstraße

79003A4
Kari Bergmann
Dienstag, 9 – 11 Uhr + Donnerstag, 9 – 12 Uhr,
14 x 2 Zstd., 13 x 3 Zstd.
8. September – 22. Dezember
Gemeinwesenarbeit Vahrenheide
Dunantstraße 3/5

Schreiben lernen am PC

Manchen Menschen, die Schwierigkeiten mit dem Schreiben haben, fällt es leichter, ihre Schreibfertigkeit zu üben, wenn sie nicht an Stift und Papier gebunden sind. Daher bieten wir Ihnen die Möglichkeit, das Schreiben mit Hilfe des PCs und der Tastatur zu trainieren. Sie lernen, mit einem Schreibprogramm umzugehen und Briefe, Einladungen u. ä. zu erstellen.

79032A4
Sermet Kera
Montag, 12 – 13.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

79002A4
Sermet Kera
Dienstag, 16.30 – 19.30 Uhr, 14 x 3 Zstd.
8. September – 22.Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

Rechnen lernen – Schritt für Schritt

Probleme im Rechnen? Keine Vorstellung von Zahlmengen? Ist es schwierig, über den Zehnerübergang zu rechnen? Wird (manchmal) mit den Fingern gerechnet? Bereiten Textaufgaben Schwierigkeiten? Der Kurs gibt in langsamen Schritten eine grundlegende Einführung ins Rechnen und den Umgang mit Zahlmengen. Wir beginnen mit einfachen Rechenvorgängen anhand praktischer Beispiele und gehen Schritt für Schritt zu bald gar nicht mehr schwierigen Aufgaben. Ziel ist es, einen Begriff von Zahlen und Mengen sowie ein besseres Verständnis von Mathematik zu erlangen. Sie wollen zum Beispiel:

- den neuen Fußbodenbelag berechnen
- Ihre Wohnung oder Möbel vermessen
- ein Haushaltsbuch führen
- Ihre Kleidergröße ausrechnen, um beim Versandhandel bestellen zu können
- ein Kochrezept umrechnen
- Ihrem Kind bei den Hausaufgaben helfen
- Preise und Tarife vergleichen
- Fahrtzeiten ausrechnen

Dafür lernen wir:

- Plus und Minus
- Mal und Geteilt
- Gewicht, Länge, Zeit
- Fläche, Umfang, Rauminhalt
- Prozent und Bruch, Dreisatz

67300A4
Sermet Kera
Mittwoch, 9 – 13 Uhr, 13 x 4 Zstd.
9. September – 16. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

WEITERBILDUNGSBERATUNG

Die Weiterbildungsberatung Hannover ist ein vom Land Niedersachsen gefördertes Modellprojekt der VHS Hannover und des Bildungsvereins zur Entwicklung trägerübergreifender Beratungsstellen.

Seit der Eröffnung im September 2009 kamen mehr als 3000 Menschen mit Weiterbildungsanliegen unterschiedlichster Art zu uns.
Von der Informationsberatung zum Finden des richtigen Kursangebots, über die Orientierungsberatung bis hin zu Fragen finanzieller Fördermöglichkeiten.

Wir zeigen Möglichkeiten
Das heutige Weiterbildungsangebot und die Vielzahl an Weiterbildungsanbietern sind kaum noch zu überblicken. Ein passendes Angebot findet man in der Regel nur mit sehr viel Zeitaufwand und Sachkenntnis. Gerne können Sie bei Ihrer Suche unsere Unterstützung in Anspruch nehmen.

Wir bieten Ihnen Informationen, Orientierungs- und Entscheidungshilfe
- bei der Auswahl und dem Vergleich von Weiterbildungsangeboten (Kosten, Dauer, Voraussetzungen, Zertifikate, Abschlüsse usw.)
- zu nachzuholenden Schul- und Berufsabschlüssen
- zu finanziellen Fördermöglichkeiten

In einem vertraulichen Gespräch werden wir
- Ihren Ausbildungs- und Berufsweg analysieren
- Ihre/n Weiterbildungsbedarf und -voraussetzungen erfassen
- und dabei die Besonderheiten Ihrer Lebenssituation berücksichtigen.

Die Beratung ist für Sie kostenlos. Wir beraten unabhängig und neutral, das heißt Ihre persönlichen Interessen und Ziele stehen im Vordergrund.

BERATUNGSZEITEN (nur nach Voranmeldung)
Montag – Freitag, 10 – 18 Uhr,
sowie einmal wöchentlich bis 20 Uhr
Für eine Terminabsprache erreichen Sie uns Montag bis Donnerstag zwischen 15 und 17 Uhr und Freitag von 10 bis 13 Uhr.
TEL 300 33 888
E-MAIL info@weiterbildungsberatung-hannover.de
INTERNET www.wbb-hannover.de
ORT Üstra Kundenzenrum (1. OG)
Karmarschstraße 30/32

wbb
Weiterbildungsberatung
Hannover

Auch in der dritten Förderphase sind wir Beratungsstelle für die Bildungsprämie und können bei Vorliegen entsprechender Voraussetzungen Prämiengutscheine ausstellen, die Sie bei Ihrem Weiterbildungsvorhaben finanziell unterstützen.
Nähere Informationen unter:
www.bildungspraemie.info

NEU! ONLINEBERATUNG!
Besuchen Sie unsere virtuelle Beratungsstelle:
www.wbb-hannover.de

LWP INSTITUT HANNOVER

Life/Work Planning

Viele Menschen, die den Wunsch nach beruflicher Veränderung haben, setzen ihre Hoffnungen in eine Weiterbildung oder in den Stellenteil von Zeitungen oder Internet-Jobbörsen. Eine klare Vorstellung, wo genau die berufliche Reise hingehen soll und was gut zu der eigenen Person passt, ist meist sehr vage formuliert oder fehlt gänzlich. Ungewollt werden Kompromisse gemacht.
Life/Work Planning ist ein effektives Verfahren, mit dem Sie für sich Klarheit auf die Fragen „Was kann ich?“, „Was will ich beruflich wirklich machen?“ und „Wie komme ich genau dort hin?“ gibt. Dabei wird Life/Work Planning der Tatsache gerecht, dass nur jede dritte Stelle in Deutschland öffentlich ausgeschrieben ist. Denn die Methode zeigt Ihnen, wie Sie sich systematisch Zugang zum verborgenen, nicht ausgeschriebenen Arbeitsmarkt verschaffen und diesen gerüstet mit „ganz normalen Qualifikationen“ erschließen.

- Entdecken Sie Ihre Fähigkeit und Interessen
- Lernen Sie, Ihre Kompetenzen und Qualitäten positiv zu vermitteln und für Ihre Karriere einzusetzen
- Entwickeln, benennen und planen Sie Ihre persönlichen Berufswünsche und -ziele
- Erschließen Sie sich systematisch den verborgenen Arbeitsmarkt, um zielführend die passende Stelle für sich zu finden

An einem eintägigen Impulstag lernen Sie das L/WP-Verfahren kennen und erhalten Impulse, Anregungen und neue Ideen für Ihre berufliche Planung.

„Zunächst war ich skeptisch, der Impulstag hat mich jedoch davon überzeugt neue Wege bei der Jobsuche zu gehen.“ (Teilnehmerin, 34 J.)

„Ganz wichtig war es für mich, andere Menschen zu treffen denen es genauso geht wie mir.“ (Teilnehmer, 42 J.)

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Zentralen Einrichtung für Weiterbildung (ZEW) der Leibniz Universität Hannover, die auch Intensivseminare zum Life/Work Planning anbietet und dem langjährigen L/WP-Trainer Marc Buddensieg.

Weitere Informationen
www.lifeworkplanning.de
www.zew.uni-hannover.de/lwp.html

Infoabend
89805GX8
Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr
22. September
Haus der VHS
entgeltfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Impulstag
89506GX8
Samstag, 9 – 17 Uhr
17. Oktober
Haus der VHS, Theodor-Lessing-Saal
80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
(Ermäßigung für Auszubildende/Arbeitslose möglich)

MENSCH UND GESELLSCHAFT

2

KURSE FÜR ÄLTERE	32
KURSE FÜR FRAUEN	36
KURSE FÜR MENSCHEN MIT UND OHNE BEHINDERUNG	42
SOZIALE KOMPETENZ FÜR ALLTAG UND BERUF	47
INTERKULTURELLE KOMPETENZ	53
RHETORIK UND KOMMUNIKATION	54
PSYCHOLOGIE	57
KINDER UND FAMILIE	59
RECHT UND GELD	60

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Birgit Robel
TEL 168-44703
E-MAIL birgit.robel@hannover-stadt.de
SPRECHSTUNDEN Dienstag und Donnerstag, 10 – 13 Uhr, Donnerstag 16 – 18 Uhr
ORT Haus der VHS, Raum 202, 2. Etage

SACHBEARBEITUNG
Birgit Hoffmeister **TEL** 168-43502
E-MAIL birgit.hoffmeister@hannover-stadt.de
Eva Schoeler **TEL** 168-36250
E-MAIL eva.schoeler@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 204 + 206, 2. Etage

KURSE FÜR ÄLTERE

ZENTRALE EINRICHTUG FÜR weiterBILDUNG

Als SeniorstudentIn an die Uni!

Haben Sie sich schon einmal mit dem Gedanken getragen, als Seniorstudentin oder Seniorstudent an die Universität Hannover zu gehen?
Wenn ja, dann bietet Ihnen diese Informationsveranstaltung Gelegenheit, Interessantes rund um das Seniorenstudium zu erfahren. Dabei werden beispielsweise folgende Fragen erörtert: Welche Vorlesungen kann ich besuchen? Wie werde ich von den jüngeren StudentInnen aufgenommen? Wie hoch ist das Arbeitspensum? Wie melde ich mich an? Was kostet das Seniorenstudium?
Thomas Bertram von der Universität Hannover und erfahrene SeniorstudentInnen informieren Sie umfassend.
Bitte melden Sie sich vorher telefonisch unter Tel. 168-44703 an.

210FRX9
Thomas Bertram
Dienstag, 16.15 – 17.45 Uhr, 2 Ustd.
22. September
Haus der VHS
entgeltfrei

Kontaktstudium Gesundheit und Beratung siehe Seite 201

Generationentalk siehe Seite 55

Hab ich den Herd angelassen? – Innovative Lösungen für die Sicherheit im Haus

Ist es Ihnen auch schon einmal passiert, dass das Telefon geklingelt hat und Sie ihr Essen auf dem Herd vergessen haben?
Für diesen Fall gibt es technische Unterstützungssysteme wie eine automatische Herdabschaltung die ihren Herd bei längerer Untätigkeit oder zu großer Hitzeentwicklung automatisch ausschaltet. Diese und viele weitere technische Hilfsmittel für den Alltag wie zum Beispiel eine elektrische Aufstehhilfe die beim Aufstehen und Hinsetzen insbesondere bei Einschränkungen in den Knien und Hüften, unterstützt. Diese Geräte können helfen, dass Sie länger selbstständig bleiben und mehr Zeit für die schönen Dinge des Lebens haben.
Patrick Ney ist Koordinator des Projektes BeraTecNet beim Kommunalen Seniorenservice der Landeshauptstadt Hannover.

59600R8
Patrick Ney
Dienstag, 15 – 17.15 Uhr, 1 x 3 Ustd.
6. Oktober
Haus der VHS
entgeltfrei

Miteinander reden – Gesprächsrunden zu aktuellen gesellschaftlichen Themen

Die Gesprächsrunden richten sich an Menschen, die am Meinungsaustausch und an Hintergrundinformationen über aktuelle gesellschaftliche, politische und kulturelle Themen und allgemein menschliche Fragen interessiert sind. Dabei kann der Umgang mit unterschiedlichen Auffassungen eine wichtige und bereichernde Erfahrung sein. Die Gesprächsthemen werden in Absprache mit den TeilnehmerInnen ausgewählt.

12030R1
Ute Hoffmann
Donnerstag, 9.45 – 11.15 Uhr, 10 x 2 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Franz-Kühnemann-Stiftung, Alte Döhrener Str. 1
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

12031R1
Ute Hoffmann
Donnerstag, 11.30 – 13 Uhr, 10 x 2 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Franz-Kühnemann-Stiftung, Alte Döhrener Str. 1
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Gesprächsrunde

Wissen, was in der Welt passiert – Bei uns bleiben Sie auf dem Laufenden!

Sich zuhause zu informieren durch Zeitungen, Radio, Fernsehen und über das Internet ist wichtig, um mitreden zu können. Noch anregender kann es sein, die von den Medien herausgestellten aktuellen Ereignisse in einer Gesprächsrunde gemeinsam zu diskutieren. Dabei sind die im lebendigen Dialog geäußerten Auffassungen und Einschätzungen über gesellschaftliche Probleme und kulturelle Fragen für die eigene Meinungsbildung häufig hilfreich, um auf dem Laufenden zu bleiben. Auch allgemein menschliche Fragestellungen können und sollten diskutiert werden. Die angesprochenen Themen werden in Absprache mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgewählt. Auf Wunsch können Materialien einbezogen werden, um sich in der Gesprächsrunde vertiefende Einblicke durch weitere Informationen und aufgezeigte Hintergründe zu verschaffen.

12033R1
Jürgen Castendyk
Dienstag, 10 – 11.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
6. Oktober – 8. Dezember
(auch in den Herbstferien)
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

12583R1
Jürgen Castendyk
Dienstag, 10 – 11.30 Uhr, 9 x 2 Ustd.
19. Januar – 15. März 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestr. 100
23,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Gesprächskreis

50+ Kultur und Politik am Nachmittag

Sie interessieren sich für Politik, Kultur, Gesellschaft: Seien es brisante Fragen des Zeitgeschehens, die Auseinandersetzung mit kulturellen und literarischen Strömungen, politische Bücher und Neuerscheinungen, Mainstream-Debatten u. a.? Bisher fehlte aber häufig die Zeit, manchmal auch geeignete MitstreiterInnen, sich diesen Bereichen intensiver zu widmen.
In diesem Gesprächs- und Arbeitskreis werden ausgewählte Themen und Positionen dargestellt und diskutiert. In anregender Atmosphäre soll versucht werden, den Dingen auf den Grund zu gehen und Hintergründe zu beleuchten. Anregungen der TeilnehmerInnen werden nach Möglichkeit aufgegriffen.

→

12034R1
Eckhard Glufke
Donnerstag, 15 – 16.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
1. Oktober – 3. Dezember
(auch in den Herbstferien)
Franz-Kühnemann-Stiftung, Alte Döhrener Str. 1
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Informationen über Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung siehe Seite 60

Erben und Vererben siehe Seite 61

Umgang mit Demenzkranken
siehe Seite 71, 202

ZENTRALE EINRICHTUG FÜR
weiterBILDUNG

In Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Philosophische Gespräche über Mensch und Kultur, Moral und Gesellschaft

Dieser Gesprächskreis will philosophisch nicht vorgebildeten Menschen die Möglichkeit geben, beispielhaft ausgewählte Probleme und Fragestellungen der Anthropologie und Ästhetik, der Moral- und Sozialphilosophie kennen zu lernen und zu diskutieren. Freilich lassen sich Alltagsphänomene ebenso philosophisch betrachten wie die Grundfragen der menschlichen Existenz. Die Gegenüberstellung von philosophischer Sichtweise und eigenem Erfahrungsbereich soll dabei zum Nachdenken über eigene Vorstellungen, Werte und Normen anregen. Besondere Vorkenntnisse der TeilnehmerInnen sind nicht erforderlich, wohl aber Aufgeschlossenheit und Interesse für unterschiedliche Problemstellungen und Auffassungen sowie die Bereitschaft, über die eingefahrenen Denkmuster und gängigen Vorurteile des „gesunden Menschenverstandes“ hinaus weiterzudenken. Für die Form des freien Gesprächs wird in diesem Kurs ebenso Raum sein wie für die Lektüre kürzerer Texte, die gemeinsame Diskussion beleben und vertiefen sollen. Vorschläge und Anregungen der TeilnehmerInnen sind willkommen und werden gern aufgegriffen.

23040R7
Dr. Joachim Müller-Warden
Dienstag, 16.15 – 17.45 Uhr, 11 x 2 Ustd.
22. September – 15. Dezember
Haus der VHS
28,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
+ 3 € Materialgeld

Miteinander lesen – miteinander reden

Thomas Mann „Der Tod in Venedig“

Wir lesen miteinander und reden über unsere unterschiedlichen Erfahrungen beim Lesen, unsere Interpretationen und Gedanken zu den Texten. In der Regel konzentrieren wir uns auf einen Schriftsteller bzw. eine Schriftstellerin. Schwerpunktmäßig wollen wir uns mit moderner Literatur beschäftigen. Aus Preisgründen wählen wir Taschenbücher. Wir lesen im Herbstsemester Thomas Manns „Der Tod in Venedig“ (Fischer Taschenbuch). Zusätzlich werden wir Ausschnitte aus der Verfilmung von Luchino Visconti sehen. Philipp Bode ist Literaturwissenschaftler an der Leibniz Universität Hannover.

31040R8
Philipp Bode
Dienstag, 11 – 12.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
6. Oktober – 8. Dezember
(auch in den Herbstferien)
Haus der VHS
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Miteinander lesen – miteinander reden

Das eigene Leben beschreiben – die Autobiographie zwischen Ich und Ich

Dass die Erinnerung beredt wird, sich beschwören lässt, das drückt sich in dem Titel der Autobiographie von Vladimir Nabokov aus. Die Lebensbeschreibung ist ein populäres Genre, die Nachfrage nach ihr ungebrochen, sie entspricht vielfach dem Verlangen nach der Schilderung der Selbstbehauptung des Selbst trotz aller Widrigkeiten. Übersehen werden dabei häufig die Widersprüche des Erzählens vom Ich: Oft entzieht sich das Gedächtnis, ist nicht verfügbar, der Weg in die Vergangenheit verstellt durch Verdrängung oder Beschwichtigung. Die Autobiographie ist eine Form, die zwischen Wahrheit und Fiktion, Wirklichkeit und Erfindung, Identität und Ich-Zerfall ihren Weg finden muss. Diesen Fragen wollen wir in dem Kurs an Beispielen aus der Geschichte der Autobiographie bis in die Gegenwart verfolgen. Vorgesehen sind dafür Texte von Karl Philipp Moritz, Michel de Montaigne, Johann Wolfgang von Goethe, Martin Walser, Elias Canetti, Thomas Bernhard, Günter Grass, Peter Weiss und Dieter Wellershof.
Dr. Uwe Sänger ist Literaturwissenschaftler.

31042R8
Dr. Uwe Sänger
Donnerstag, 15.30 – 17 Uhr, 6 x 2 Ustd.
24. September – 29. Oktober
Haus der VHS
15,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Miteinander lesen – miteinander reden

Der Traum und die literarische Traumarbeit

„Die Wachen haben alle eine einzige gemeinsame Welt, im Schlaf wendet sich jeder der eigenen zu.“ (Heraklit).
Im Traum verbinden sich Leidenschaft, Poesie und ästhetische Inspiration als Voraussetzung der dichterischen Arbeit. Auf diese Weise wird der Traum zu einem poetischen Modell, wie es die Romantik verwirklicht, in den Texten von Novalis, Tieck, Brentano und Kleist ist der Traum allgegenwärtig, als Inhalt, Programm und erzählerische Technik: eng ist die Sprache der Literatur und die Bildersprache bzw. Dramaturgie des Traums verwoben. Aber schon zuvor, im 18.Jahrhundert gab es im Zusammenhang der “Erfahrungsseelenkunde“ eine anthropologische Traumdeutung, Träume wurden zunehmend nicht mehr als dämonische oder göttliche Zeichen begriffen, sondern als Ausdruck und Äußerung der Seele gedeutet. Schließlich markiert die Traumdeutung Freuds eine epochale Wende, die ihre literarischen Entsprechungen in der Wiener Moderne (Schnitzler, Hofmannsthal)findet.
Solche literarischen Perspektiven wollen wir an ausgewählten Texten erarbeiten und mit philosophischen, psychologischen und neurowissenschaftlichen Aspekten des Traums verbinden.
Dr. Uwe Sänger ist Literaturwissenschaftler.

31043R8
Dr. Uwe Sänger
Donnerstag, 15.30 – 17 Uhr, 6 x 2 Ustd.
5. November – 10. Dezember
Haus der VHS
15,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Vorlesen will gelernt sein siehe Seite 60

Baukultureller Herbstspaziergang
siehe Seite 106

DUO Ehrenamtliche Seniorenbegleitung
Qualifizierung in Kooperation mit dem Kommunalen Seniorenservice Hannover
Nähere Infos und Anmeldung
Cornelia Budde (KSH) Tel 168-42276

Schreibwerkstatt

„Schreiben, aber wie?“

Schreiben öffnet Türen zu uns selbst und weist Wege in neue Welten.
Anregungen für unsere Texte schöpfen wir aus dem alltäglichen Leben. Wir schreiben auf, was wir mit unseren Sinnen wahrnehmen, was wir fühlen, erinnern oder uns ausdenken.
Ergänzend lernen wir Schreibmethoden und Stilregeln kennen, mit denen wir unsere Texte prüfen und gegebenenfalls verändern können.
„Den Stil verbessern – das heißt den Gedanken verbessern!“ (Nietzsche)
Voraussetzungen:
- Humor und gute Laune
- Die Lust zu schreiben – auch wenn Sie es bisher noch nicht versucht haben
- Neugier auf die Faszination des Schreibens.

31044R8
Rolf Becker
Dienstag, 15 – 16.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
6. Oktober – 8. Dezember
(auch in den Herbstferien)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

31045R8
Rolf Becker
Dienstag, 15 – 16.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
26. Januar – 12. April 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Erlebnis Museum

Das Gespräch zum Kunstgenuss

Dieser Kurs bietet Ihnen ein Museums-Erlebnis besonderer Art, denn der Streifzug durch aktuelle Ausstellungen verbindet im mehrwöchigen Rhythmus die Freude an der Ausstellung mit einem Austausch im Gespräch. Bei jedem Museumsbesuch erhalten Sie schriftlich Informationen zum Thema der Ausstellung und zum Ablauf des Nachmittags. Eine Einführung und themenbezogene Fragen bilden den Auftakt zum Rundgang in kleinen Gruppen. Anschließend zeigen wir uns unsere Lieblingsstücke und Sie erhalten Hinweise zur besonderen Bedeutung dieser Werke. Mit einem Gespräch im Museumscafé lassen wir den schönen Museumsnachmittag ausklingen.
Das Historische Museum, das Sprengel-Museum und das Museum August Kestner, der Kunstverein Hannover, die Kestnergesellschaft Hannover sowie das Landesmuseum bieten freitags Besuche bei freiem Eintritt an. Wünsche werden gerne entgegengenommen.
Frau Hänel ist Sonderpädagogin mit Schwerpunkt Kunst.

32605R8
Gisela Hänel
Freitag, 14 – 17 Uhr, 3 x 4 Ustd.
2. + 30. Oktober + 27. November
1. Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben
15,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

32606R8
Gisela Hänel
Freitag, 14 – 17 Uhr, 3 x 4 Ustd.
9. Oktober + 6. November + 4. Dezember
1. Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben
15,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

32607R8
Gisela Hänel
Freitag, 14 – 17 Uhr, 3 x 4 Ustd.
16. Oktober + 13. November + 11. Dezember
1. Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben
15,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Bilder einer Ausstellung siehe Seite 112

Zeichnen und Malen siehe Seite 114 ff

Fotografie siehe Seite 120 ff

Sitzgymnastik

Älter werden, aktiv bleiben

Das Angebot richtet sich an ältere Menschen ab 65 Jahren (auch mit Bewegungseinschränkungen) und beinhaltet Sitzgymnastik, Koordinationsübungen als Sturzprophylaxe, Kraft- und Bewegungstraining und Übungen für Finger und Hände.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe mit. Susanne Sielaff ist Übungsleiterin und Fitness- und Wellnesstrainerin.

96012R9
Susanne Sielaff
Donnerstag, 11 – 12 Uhr, 11 x 1 Zstd.
10. September – 3. Dezember
(nicht in den Herbstferien)
Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstr. 20
36,70 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96513R9
Susanne Sielaff
Donnerstag, 12 – 13 Uhr, 11 x 1 Zstd.
10. September – 3. Dezember
(nicht in den Herbstferien)
Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstr. 20
36,70 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96506R9
Susanne Sielaff
Donnerstag, 11 – 12 Uhr, 10 x 1 Zstd.
14. Januar – 17. März 2016
Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstr. 20
33,35 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96507R9
Susanne Sielaff
Donnerstag, 12 – 13 Uhr, 10 x 1 Zstd.
14. Januar – 17. März 2016
Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstr. 20
33,35 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

„Wer rastet, der rostet“ siehe Seite 73

Yoga am Vor- und Nachmittag siehe Seite 80 ff

Qi Gong am Vormittag siehe Seite 84 f

Tai Chi am Vormittag siehe Seite 85

Pilates am Vormittag siehe Seite 74

Selbstverteidigung für Frauen s. Seite 36

In den Programmbereichen **GESUNDHEIT** und **KURSE FÜR FRAUEN** finden Sie weitere Kurse, die auch für ältere Menschen sehr geeignet sind.
Birgit Robel, Tel. 168-44703

FREMDSPRACHEN FÜR ÄLTERE
Tel. 168-40239, 168-43475, 168-44658
Spezielle Kurse für Ältere werden für die Sprachen Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch angeboten. Hier können Sie die Sprache ohne Zeit- und Leistungsdruck erlernen bzw. Ihre Kenntnisse auffrischen und erweitern. Lassen Sie sich bitte bei der Auswahl Ihres Kurses von der jeweiligen Programmbereichsleitung beraten.

Deutsch für ältere MigrantInnen siehe Seite 23

EDV – SMARTPHONE – MEDIEN – KURSE FÜR ÄLTERE und für alle, die gern in entspannter Atmosphäre lernen möchten. In speziellen Kursen begleiten wir Sie ohne Leistungs- und Zeitdruck bei Ihrem Einstieg in den Umgang mit PC, Tablet, Smartphone und Internet sowie dessen Vertiefung. Diese finden Sie im Bereich **8 – ELEKTRONISCHE DATENVERARBEITUNG** ab Seite 229.
Lassen Sie sich auch gern am Telefon oder persönlich beraten!
Tel. 168-49425

Fortbildung für Ehrenamtliche

Medien- und TechniklotsInnen Hannover (MuTH)

In Kooperation mit dem Kommunalen Seniorenservice und der Stadtbibliothek Hannover bieten wir eine Fortbildung für Ehrenamtliche zur Unterstützung älterer Menschen im Bereich Neue Medien und technische Unterstützungssysteme und -geräte im häuslichen Umfeld an.
Zielgruppe: Medien- und technikaffine Menschen, die SeniorInnen im häuslichen Umfeld oder anderen Einsatzorten beim Erlernen des Umgangs mit neuen Technologien ehrenamtlich begleiten und unterstützen möchten.

Inhalte:
- Hilfreiche Anwendungen, Dienste und Seiten im Internet
- Social Media, E-Mail und Skype
- eBook-Reader, Tablets und Smartphones
- Datenschutz und Datensicherheit
- Technische Unterstützungssysteme und -geräte
- Rolle und Aufgabe der Medien- und TechniklotsInnen
- Vorbereitung auf den Einsatz als Ehrenamtliche

Die Teilnehmenden erhalten bei regelmäßiger Teilnahme ein Zertifikat zum Abschluss.

→

→
Informationsveranstaltung
54790H1
Donnerstag, 16 – 17.30 Uhr
10. September
VHS-Lernzentrum Linden im Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
Bitte melden Sie sich telefonisch an unter Tel. 168-49421
Anmeldung zur Fortbildung erst nach Besuch der Infoveranstaltung möglich.

Termine
54791H2
Svenia Knüttel, Patrick Ney u. a.
Donnerstag, 15 – 19 Uhr
8./15. Oktober, 5./19. November, 3. Dezember/28. Januar 2016
Samstag, 10 – 18 Uhr, insgesamt 40 Ustd.
16. Januar 2016
VHS-Lernzentrum Linden im Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
entgeltfrei für Teilnehmende, die sich ehrenamtlich im Kommunalen Seniorenservice Hannover (KSH) engagieren wollen.
80 € für alle anderen Teilnehmenden

Das Magazin für die
GENERATION ERFAHRUNG
SENIOREN RATGEBER
Bewegter leben
Jetzt geht es los!
SENIOREN RATGEBER
Ich beweg' mich!
Holen Sie sich das aktuelle Heft gleich in Ihrer Apotheke.
Senioren Ratgeber – der Partner Ihrer vhs

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Evelyn Schmidt
TEL 168-42076
E-MAIL evelyn.schmidt@hannover-stadt.de
SPRECHSTUNDEN nach Vereinbarung
ORT Haus der VHS, Raum 232, 2. Etage

SACHBEARBEITUNG Martina Zwickert-Cetin
TEL 168-43918
E-MAIL
martina.zwickert-cetin@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 210, 2. Etage

KURSE FÜR FRAUEN SOZIALE KOMPETENZ

Frauen reden öffentlich

Im Beruf oder Ehrenamt ist es häufig notwendig, Arbeitsergebnisse, Projekte oder Stellungnahmen in kleinerem oder größerem Kreis vorzutragen. Über das Ankommen eines Vortrags oder eines Redebeitrags entscheidet dabei nicht nur der Inhalt, sondern in hohem Maß auch die Art der Präsentation. Praktische Übungen sowie die Reflexion eigener Erfahrungen mit dem Reden in der Öffentlichkeit tragen dazu bei, Präsentationsmöglichkeiten zu finden, die der je besonderen Situation wie auch der eigenen Persönlichkeit entsprechen.
Gearbeitet wird
- an einer tragfähigen, differenzierten Stimme
- an Körperhaltung, Mimik, Gestik und Blickkontakt
- an der inneren Haltung.

Da das Reden in der Öffentlichkeit keine geschlechtsneutrale Angelegenheit ist, wendet sich dieses Seminar nur an Frauen.
Monika Tibbe lehrt und forscht im Bereich Ästhetik und Kommunikation.

16502S5
Prof. Monika Tibbe
Samstag u. Sonntag 9 – 16 Uhr, 16 Ustd.
17./18. Oktober
Haus der VHS
60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Selbstverteidigung für Frauen – realistisch und effektiv – Einführung

Viele Frauen haben schon unangenehme, bedrohliche oder gewalttätige Situationen in ihrem Alltag erlebt und standen ihnen hilflos gegenüber.
Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, durch Schärfung der Wahrnehmung mögliche Gefahren frühzeitig zu erkennen. Sie lernen Konfliktsituationen durch praktische Übungen, Rollenspiele und Gespräche zu bewältigen und anderen Hilfe zu leisten, ohne sich selber zu gefährden.
Einfache Techniken der Selbstverteidigung helfen Ihnen, Angriffe erfolgreich abzuwehren.
Wir üben realistisch in Straßenkleidung. Besondere Fitness ist nicht erforderlich.
Gudrun Zinke ist Diplom-Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin und Meisterin der Selbstverteidigung (1. Dan).

22504S9
Gudrun Zinke
Samstag, 10 – 18 Uhr, Sonntag, 10 – 14 Uhr, 14 Ustd.
7./8. November
Haus der VHS
46,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

22751S9
Gudrun Zinke
Samstag, 10 – 18 Uhr, Sonntag, 10 – 14 Uhr, 14 Ustd.
28./29. Februar 2016
Haus der VHS
46,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Auf der Suche nach neuen Wegen

Fragen Sie sich auch manchmal: Habe ich mir mein Leben so vorgestellt? Was will ich eigentlich? Welche Fähigkeiten und Begabungen habe ich und kommen sie so zur Entfaltung? Was will ich verändern und in welche Richtung soll der Weg gehen?
Ausgangspunkt dieses Seminars ist der jeweilige Standort jeder einzelnen Frau. Ausgehend davon wollen wir neue Wege suchen, uns mit unseren Wünschen, Zielen und Hindernissen befassen.
Um sich selbst und andere besser zu verstehen, kann es hilfreich sein, sich mit dem bisherigen Lebensweg zu beschäftigen. Dann wollen wir den Blick in die Zukunft richten und schauen, welche Möglichkeiten und Perspektiven sich uns mit unseren Stärken bieten. Ziel ist es, das eigene Leben bewusster in die Hand zu nehmen. Wir arbeiten mit Methoden des Psychodramas, Mal- und Schreibübungen, Traumreisen und anderen kreativen Mitteln. Daneben werden wir uns mit Bewegungs- und Entspannungsübungen etwas Gutes tun.
→ Anna-Sabine Hermsdorf verfügt über langjährige Beratungserfahrungen und hat Zusatzausbildungen in den Bereichen Arbeitswissenschaften und Psychodrama absolviert.
Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

22701S5
Anna-Sabine Hermsdorf
Freitag, 18.15 – 21.30 Uhr, Samstag, 10 – 17.15 Uhr, Sonntag 10 – 14 Uhr, 16 Ustd.
8. – 10. Januar 2016
Haus der VHS
52,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Mut zur Veränderung Welche beruflichen Perspektiven will ich entwickeln?

Ist Ihnen unklar, wie es weitergehen soll im Berufsleben? Passen Arbeitsanforderungen und private Interessen nicht mehr zusammen? Sind Ihnen die Ziele abhanden gekommen? Haben Sie Lust auf was Neues. Dann heißt es: an- und innehalten, sich Klarheit verschaffen und Perspektiven entwickeln.
Mit diesem Seminar werden wir Bestandsaufnahme machen mit dem Blick auf mögliche Veränderungen (auch „Aussteigerinnen“ oder „Neueinsteigerinnen“, denen eine klare berufliche Perspektive fehlt, sind herzlich eingeladen).
Wir werden Methoden des Psychodramas und andere kreative Mittel nutzen, um persönliche Ziele zu erarbeiten und mutig zu werden für die nächsten Schritte. Daneben werden wir uns mit Bewegungs- und Entspannungsübungen etwas Gutes tun.
Anna-Sabine Hermsdorf verfügt über langjährige Beratungserfahrungen im Rahmen ihrer Tätigkeit als frei gestellte Personalrätin und hat Zusatzausbildungen in den Bereichen Arbeitswissenschaften und Psychodrama absolviert.
Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen

22756S5
Anna-Sabine Hermsdorf
Freitag 18.15 – 21.30 Uhr, Samstag 10 – 17.15 Uhr, Sonntag 10 – 14 Uhr, 16 Ustd.
11. – 13. März 2016
Haus der VHS
52,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wechselzeiten siehe Seite 20

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Birgit Robel
TEL 168-44703
E-MAIL birgit.robel@hannover-stadt.de
SPRECHSTUNDE Dienstag und Donnerstag, 10 – 13 Uhr, Donnerstag 16 – 18 Uhr
ORT Haus der VHS, Raum 205, 2. Etage

SACHBEARBEITUNG
Birgit Hoffmeister **TEL** 168-43502
E-MAIL birgit.hoffmeister@hannover-stadt.de
Eva Schoeler **TEL** 168-36250
E-MAIL eva.schoeler@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 204 + 206, 2. Etage

KURSE FÜR FRAUEN GESUNDHEIT

Abenteuer Wechseljahre oder die Frau im besten Alter !?!

Die Wechseljahre sind eine Zeit des Wechsels, des Umbruchs, der Veränderung und evtl. der Neuorientierung. Sie sind eine natürliche Phase im Leben von Frauen und keine Krankheit.
Dennoch empfinden viele Frauen diesen natürlichen Veränderungsprozess als unangenehm, als „Abschied“ vom Frausein; als was Beängstigendes, als etwas, das ihnen „bevorsteht“.
Manchmal wird diese Zeit auch von Symptomen begleitet, die die Lebensqualität beeinflussen... Hitzewallung, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen, Konzentrationsmangel, um nur einige zu nennen.
In diesem Vortrag erfahren Sie Spannendes über Hormone, was konkret in den Wechseljahren passiert und wie Sie diese neue Lebensphase auf natürliche Weise bewältigen und annehmen können. Was können wir tun, um diese Lebensphase mit Lebendigkeit, Lebensfreude und Wohlgefühl zu füllen? Edith Ahmann ist Heilpraktikerin und Jahrgang 1961.
Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

94001R9
Edith Ahmann
Montag, 18.30 – 20 Uhr, 1 x 2 Ustd.
21. September
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
entgeltfrei

Anhalten und Innehalten – Ein Abend für „gestresste“ Frauen

Gerade Frauen sind in ihrem Alltag vielen Anforderungen ausgesetzt. Zwischen Beruf, Terminen, Ehrenamt und der Vorstellung, „es allen recht machen zu müssen“, fühlen sich viele Frauen wie in einem Hamsterrad. Anhalten ist nicht möglich, der Körper gerät unter Stress. Stress ist jedoch verantwortlich für eine Vielzahl gesundheitlicher Probleme. An diesem Abend wollen wir bewusst Innehalten und die ganz persönliche Situation mit Abstand betrachten. Mit einer entspannenden, kreativen Methodik suchen wir nach individuellen Ressourcen, die Entspannung und Wohlbefinden stärken können. Ausgehend von der persönlichen Lage entdecken wir kleine Wegweiser, die jede Frau schon in sich trägt und stärken uns im Austausch mit den anderen. Es geht um keine Standardrezepte, sondern um eine Entdeckung kleiner persönlicher Kraftquellen.
Kirsten Peters ist Dipl. Gesundheitslehrerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.
Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

99001R8
Kirsten Peters
Montag, 18.30 – 20.45 Uhr, 1 x 3 Ustd.
5. Oktober
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
7,50 €

Informationsabend zum Thema Brustgesundheit

In dieser Veranstaltung möchten wir Sie umfassend zum Thema Brustgesundheit informieren, bestehende Unsicherheit abbauen und Ihre Fragen beantworten.
Welche Früherkennungsuntersuchungen stehen uns als gesetzlich versicherte Frauen zu, wie oft werden diese von der Ärztin/dem Arzt durchgeführt und was für Möglichkeiten gibt es, selber zu unserer Gesundheit beizutragen?
Die regelmäßige Selbstuntersuchung der weiblichen Brust bietet eine zusätzliche Möglichkeit, Veränderungen an der eigenen Brust frühzeitig zu bemerken und ärztlichen Rat einzuholen.Wir stellen Ihnen die wissenschaftlich anerkannte MammaCare® Methode zur Selbstuntersuchung der Brust vor. Sie können sich im Anschluss an die Info-Veranstaltung zu einem 1,5 stündigen Seminar anzumelden, um diese Methode zu erlernen.
Die Referentin Inka Marie Rack ist zertifizierte MammaCare® Trainerin und Breast Care Nurse-Pflegeexpertin für Brusterkrankungen in der Frauenklinik, → KRH Klinikum Siloha-Oststadt-Heidehaus.
Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

94002R9
Inka Marie Rack
Montag, 18.30 – 20 Uhr, 1 x 2 Ustd.
2. November
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
entgeltfrei

Hausmittel, Wickel und Co.

Ein Hausmittel ist eine einfache medizinische Maßnahme, die mit einfachen häuslichen Mitteln durchführbar ist. Oft werden bestimmte Nahrungsmittel oder Tees sowie Wickel und warme oder kalte Anwendungen wie Bäder verwendet. Gesunde Hausmittel existieren teilweise seit Jahrhunderten oder Jahrtausenden und wurden von Generation zu Generation weiter gegeben. Diese natürlichen Heilmittel sind so gut wie frei von unerwünschten Nebenwirkungen, kostengünstig und effektiv. Vor allem bei leichteren Beschwerden und auch zur Vorbeugung verschiedenster Krankheits- und Mangelerscheinung sind natürliche Hausmittel sehr gut anzuwenden.
An diesem Abend erhalten Sie Informationen über Essenzen, Tees, Wickel und Bäder, die Sie selber anwenden können, um leichte Beschwerden selber zu behandeln.
Edith Ahmann ist Heilpraktikerin. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. statt.

94003R8
Edith Ahmann
Montag, 18 – 20.15 Uhr, 1 x 3 Ustd.
9. November
Frauen-und MädchenGesundheitszentrum e. V., Escherstr. 10
entgeltfrei

Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL) in der Gynäkologischen Praxis

Individuelle Gesundheitsleistungen, kurz IGeL, sind zum einen Leistungen, die per Gesetz nicht zu den Aufgaben der Gesetzlichen Krankenversicherung gehören, wie z. B. Atteste und Reiseimpfungen, aber vor allem sind sie medizinische Maßnahmen zur Früherkennung und Therapie von Krankheiten die zwar medizinisch sinnvoll sein können, aber nicht unbedingt notwendig sind, oder deren Nutzen noch nicht nachgewiesen ist. Wir alle wissen oft nicht, welche Leistungen uns bei der Frauenärztin, dem Frauenarzt regelmäßig zustehen und welche wir in jedem Fall selber bezahlen müssen. Dieser Vortrag soll hierzu eine Orientierung geben und helfen, zu verstehen, welche IGeL in welcher Situation angebracht ist, was sie kosten darf und welche Voraussetzungen zu beachten sind. Edith Ahmann ist Heilpraktikerin. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

94004R9
Edith Ahmann
Montag, 18.30 – 20 Uhr, 1 x 2 Ustd.
16. November
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
entgeltfrei

Hildegard von Bingen und ihre heilkundigen Schwestern

Die Äbtissin und Heilkundige Hildegard von Bingen gilt als Lichtgestalt des Mittelalters. Ihr Wissen über Krankheiten und deren Behandlung wird bis heute bewahrt und neu aufbereitet. Doch wer war diese Gelehrte, in deren Lebenszeit nur wenige Frauen Zugang zu medizinischem Wissen hatten? Worin unterschied sie sich in ihrem naturheilkundlichen Ansatz von der verbreiteten Klostermedizin und anderen heilkundigen Frauen? Und welche Weisheiten hat sie der Nachwelt hinterlassen? Diesen und anderen Aspekten heilkundiger Frauen und Frauenheilkunde wollen wir an diesem Abend nachgehen.
Dr. Angelika Voss ist Dipl. Pädagogin, Referentin für Gesundheitsförderung und Doktorin der Humanbiologie mit Schwerpunkt Gendermedizin.
Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

94005R9
Dr. Angelika Voß
Montag, 18.30 – 20 Uhr, 1 x 2 Ustd.
23. November
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
entgeltfrei

Natürliche Hormontherapie

Natürliche Hormontherapie ist die sanfte Regulation des Hormonhaushalts mit den Mitteln der Naturheilkunde. An diesem Abend erhalten Sie einen Überblick über das Hormonsystem und die Bedeutung einiger ausgewählter Hormone. Viele Beschwerden, die nicht sofort mit dem Hormonhaushalt in Verbindung gebracht werden, verbessern sich durch eine natürliche Hormonregulation. Lernen Sie einige dieser Beschwerden und die Möglichkeiten einer ganzheitlichen Therapie hormoneller Dysbalancen an diesem Abend kennen. Bettina Weiss ist Heilpraktikerin. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

94006R8
Bettina Weiss
Montag, 18.30 – 20.45 Uhr, 1 x 3 Ustd.
30. November
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
7,50 €

Über- oder unterversorgt? Wie gut ist die gesundheitliche Betreuung von Frauen im Zeitalter der Gender Medizin?

Gender Medizin – der Ausdruck für den geschlechtergerechten Umgang in der Medizin mit Frauen und Männern – hat zu einem Umdenken in der medizinischen Versorgung vor allem bei Frauen geführt. Dazu gehört etwa die Erkenntnis, dass Frauen Krankheiten anders erleiden und vermitteln. Ebenso fällt darunter die Kritik an der Überversorgung von Frauen durch Gabe von Antidepressiva und Beruhigungsmitteln als Verlegenheitsmedikation. Doch wie ist es bestellt mit der Geschlechtssensibilität im Alltag? Woran kann Frau erkennen, ob sich ihr Arzt / ihre Ärztin mit Fragen der geschlechtssensiblen Medizin befasst? Welche Kenntnisse sollten Frauen sich erwerben, um als mündige Patientin entsprechende Fragen zu stellen? Was bedeuten Begriffe wie „individuelle“ oder „personalisierte Medizin“?Dr. Angelika Voss ist Dipl. Pädagogin, Referentin für Gesundheitsförderung und Doktorin der Humanbiologie mit Schwerpunkt Gendermedizin.
Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. durchgeführt.

94007R9
Dr. Angelika Voß
Montag, 18.30 – 20 Uhr, 1 x 2 Ustd.
7. Dezember
Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e. V., Escherstr. 10
entgeltfrei

Schüßler-Salze und Heilpflanzen für Frauen siehe Seite 69

Beckenbodengymnastik und Entspannun- siehe Seite 73

Hormon-Yoga siehe Seite 80

Yogakurse für Frauen am Nachmittag und Abend und Wochenende siehe Seite 80, 82

Qi Gong für Frauen – Das Innen-Nährende Qi Gong siehe Seite 85

Entspannt und beweglich im Herbst!
Ein Entdeckungs- und Schnuppertag für Frauen mit der Feldenkrais Methode siehe Seite 74

Ballett und Tanz für Frauen 40+

Es ist nie zu spät mit Ballett anzufangen…
Mit Spaß und Disziplin Ballett lernen.
Frau muss nicht beweglich wie eine Schlange sein. Mit Rücksicht auf die Körperlichkeit der Frauen ab 40 Jahre werden die Grundlagen des klassischen Tanzes vermittelt.
Durch die Körperspannung steigern sich die Fitness und ebenfalls das Selbstbewusstsein. Bei der Konzentration auf die Balance und Koordination entwickelt sich auch nachhaltig eine verbesserte Körpergrundhaltung. Geschmeidige und bewusste Bewegungen verstärken den individuellen Ausdruck, was wiederum die Persönlichkeit unterstreicht.
Der Unterricht beginnt mit einem Training an der „Barre“ (Stangentraining) und setzt sich „Au Milieu“ (im Raum) fort mit einer abschließenden getanzten „Reverance“ (Verbeugung).
Bitte bringen Sie enge und bequeme Sportbekleidung, Socken oder Ballettschläppchen mit.
Kirsten Eilmes ist Diplom-Tanzpädagogin.

96025R9
Kirsten Eilmes
Dienstag, 19 – 20 Uhr, 10 x 1 Zstd.
15. September – 1. Dezember
Studio FunKey, Spichernstr. 13, 30161 Hannover
80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Jazz Dance für Frauen 40 +

Es ist nie zu spät mit Tanzen anzufangen…
Mit Spaß und Disziplin Jazz Dance lernen.
Mit Elementen aus Funk, Soul, Ballett und Modern wurden die Ursprünge des afrikanischen Tanzes in Europa populär.
Mit Rücksicht auf die Körperlichkeit der Frauen ab 40 Jahre werden die Grundlagen des Jazz Dance vermittelt. Eine Tanzkombination am Ende der Stunde lassen Technik und Ausdruck miteinander verschmelzen.
Durch die Körperspannung steigern sich die Fitness und ebenfalls das Selbstbewusstsein. Bei der Konzentration auf die Balance und Koordination entwickelt sich auch nachhaltig eine verbesserte Körpergrundhaltung. Geschmeidige und bewusste Bewegungen verstärken den individuellen Ausdruck, was wiederum die Persönlichkeit unterstreicht.
Im intensiven Warmup werden Isolationen, Polyzentrik und Polyrhythmik, Körperebenen, Raumrichtungen und Locomotions geübt. So lernt man den Körper auf tänzerische Weise zu beherrschen.

96026R9
Kirsten Eilmes
Dienstag, 18 – 19 Uhr, 9 x 1 Zstd.
19. Januar – 15. März 2016
Studio FunKey, Spichernstr.13, 30161 Hannover
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Zumba® Fitness

Zumba® ist ein von lateinamerikanischen Rhythmen inspiriertes Tanz-Fitness-Programm. Das Workout basiert auf dem Prinzip „FUN AND EASY TO DO“. Es setzt sich zusammen aus lateinamerikanischer und internationaler Musik und Tanzbewegungen. Entwickelt hat es der Tänzer und Choreograf Alberto „Beto“ (Kolumbien) der Elemente aus Aerobic und Intervall-Training für Herz – und Kreislauf mit heißer Musik und Tanzschritten aus aller Welt verband. Zumba® verbindet Samba, Salsa, Merengue, Hip-Hop, Bollywood- und Bauchtanzbewegungen in einfachen Choreographien. Zumba® müssen Sie nicht schon tanzen können. Das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Dabei kommen Sie dann so richtig ins Schwitzen, verbrennen Kalorien, bauen Muskeln auf und fühlen sich einfach gut. Dank der dynamisch, begeisternden Bewegungen, denen frau ganz leicht folgen kann, ist ZUMBA® Fitness für jede geeignet (sowohl für Tänzerinnen als auch für Nichttänzerinnen).
Bitte mitbringen: Indoor Turnschuhe, bequeme Sportkleidung, etwas zum Trinken und ein Handtuch.
Bernadette Jung ist lizenzierte Official Zumba® Instructor. →

→

96027R9
Bernadette Jung
Mittwoch, 18.45 – 19.45 Uhr, 10 x 1 Zstd.
30. September – 2. Dezember
(auch in den Herbstferien)
Sodenstr. 3 A
55 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96028R9
Bernadette Jung
Mittwoch, 20 – 21 Uhr, 10 x 1 Zstd.
30. September – 2. Dezember
(auch in den Herbstferien)
Sodenstr. 3 A
55 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96029R9
Bernadette Jung
Mittwoch, 18.45 – 19.45 Uhr, 9 x 1 Zstd.
20. Januar – 16. März 2016
Sodenstr. 3 A
49,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96030R9
Bernadette Jung
Mittwoch, 20 – 21 Uhr, 9 x 1 Zstd.
20. Januar – 16. März 2016
Sodenstr. 3 A
49,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Orientalischer Bauchtanz

Die Kurse richten sich an Frauen jeden Alters und jeder Figur, die die natürlichen und harmonischen Bewegungen des Orientalischen Tanzes für sich entdecken und sich von der Lebensfreude dieses aufregend weiblichen Tanzes anstecken lassen möchten. Orientalischer Tanz ist zugleich ein Ganzkörpertraining, das eine gesunde Körperhaltung schult, die Kondition fördert und steigert, sowie die Muskulatur des gesamten Körpers stärkt und aufbaut. Bitte bringen Sie figurbetonte Trainingskleidung und ein Hüfttuch mit.

Aufbaukurs Stufe I

Dieser Kurs setzt gute Grundkenntnisse voraus. Es werden aufbauende Schritte, Bewegungen und Kombinationen des orientalischen Tanzes geübt und diese zu einem kleinen Tanz zusammen gefügt. Sina Bremer ist Tänzerin und Lehrerin für Orientalischen Tanz und lizenzierte Yogalehrerin und Fitnesstrainerin.

96031R9
Sina Bremer
Donnerstag, 17.15 – 18.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Studio FunKey, Spichernstr. 13
108 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Basiskurs Stufe II (leichte Mittelstufe)

Der Kurs baut auf die Grundbewegungen und Schritte vom Basiskurs I auf und Sie lernen neue Tanzkombinationen und einen kleinen Tanz. Für Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen geeignet.

96032R9
Sina Bremer
Donnerstag, 17.15 – 18.45 Uhr, 8 x 2 Ustd.
14. Januar – 3. März 2016 (auch am 28.1.)
Studio FunKey, Spichernstr. 13
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Machen Sie mehr aus Ihrem Typ! Hautpflege- und Schminkkurs

Nach welchen Kriterien soll Frau eine Wahl treffen unter all den vielen Hautpflegeprodukten, die auf dem Markt sind? Sie lernen an zwei Abenden, wie Sie passend zu Ihrem Hauttyp und aktuellem Hautzustand Ihre Haut pflegen und schützen und Ihre Eigenarten unterstreichen können. Individuelle Schminktipps und Schminkübungen runden den Kurs ab. Ihr nächstes Make-up wird Ihnen spielend leicht von der Hand gehen. Bitte bringen Sie Hausschuhe oder warme Socken mit.
Ursula Köweker ist Gesundheitsberaterin und staatlich geprüfte Kosmetikerin.

99002R8
Ursula Köweker
Mittwoch, 19 – 21.15 Uhr, 2 x 3 Ustd.
4. + 11. November
Studio für Kosmetik und Gesundheitsberatung, Yorckstr. 4
30 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
2,50 € Materialgeld wird im Kurs erhoben

Das Frauennachttaxi

Das Frauennachttaxi ist ein Angebot in Zusammenarbeit der üstra mit dem Referat für Frauen und Gleichstellung der Landeshauptstadt Hannover:

- Für weibliche Fahrgäste
- Auch in Begleitung von Kindern bis 14 Jahren
- Gewährt wird ein Zuschuss von 2,50 € pro Fahrt
- Gültig im Stadtgebiet Hannover

Bestellen Sie bei der Fahrerin oder beim Fahrer im Bus oder in der Stadtbahn Ihr Frauennachttaxi zu der gewünschten Haltestelle.

Mehr Infos zum Frauennachttaxi bekommen Sie im üstra Kundenzentrum, Karmarschstraße 30/32 am Platz der Weltausstellung, unter Telefon 0511 / 166 80, im Internet unter www.uestra.de oder im Referat für Frauen und Gleichstellung, Neues Rathaus, Trammplatz 2 bzw. unter Telefon 0511 / 168 47989.

Hannover | Referat für Frauen und Gleichstellung

Partner der Region Hannover

üstra

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Christiane Roth-Schönfeld
SPRECHZEITEN nach Vereinbarung
TEL 168-40872
ORT Haus der VHS, Raum 231, 2. Etage
E-MAIL
christiane.roth-schoenfeld@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Pamela Coordes
TEL 168-45359
ORT Haus der VHS, Raum 208, 2. Etage
E-MAIL pamela.coordes@hannover-stadt.de

KURSE FÜR FRAUEN
HANDWERK UND TECHNIK

♀ Schweißkurs für Frauen

Ein großer Berg mit Fundstücken vom Schrottplatz wartet auf Sie, um zu Kerzenständern, abstrakten Skulpturen, eigenwilligen Kreationen etc. verarbeitet zu werden! Mit einer Einführung in die Handhabung von Schutzgasschweißgerät und Winkelschleifer eröffnet dieses Wochenende einen kreativen Einstieg in die Metallbearbeitung und die Erfahrung, dass Stahl nicht nur kalt und hart, sondern auch überraschend sensibel sein kann. Handwerkliche Fähigkeiten und Mut sind natürlich hilfreich, aber in diesem Kurs auch zu lernen.
Bitte strapazierfähige und synthetikfreie Arbeitskleidung mitbringen (Oberteil bis zum Hals geschlossen mit langem Ärmel und langen Hosen, nicht zu dünn, geschlossenes festes Schuhwerk und evtl. Haarband, Halstuch, Kappe).
Zusätzliche Kosten für Material betragen pro Frau 12 € und sind vor Ort zu zahlen.
Frau Kieckbusch ist Bauschlosserin und geprüfte Schweißerin. In ihrer Freizeit beschäftigt sie sich mit Stahlbildhauerei.
Frau Kopka ist gelernte Zweiradmechanikerin mit dreißigjähriger Berufserfahrung und lehrt seit 2008 als Anleiterin in einer Jugendfahrradwerkstatt.
Frau Gliemann ist selbstständige Kunsttherapeutin und arbeitet seit vielen Jahren mit dem Werkstoff Metall. Seit 2004 ist sie Kursleiterin im Bereich Metall.

59500K5
Kayenta Kieckbusch, Susanne Kopka
Samstag/Sonntag, 10 – 16 Uhr, 2 x 7,5 Ustd.
19./20. September
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

59501K5
Katrin Gliemann, Susanne Kopka,
Samstag/Sonntag, 10 – 16 Uhr, 2 x 7,5 Ustd.
14./15. November
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

→

→

59502K5
Katrin Gliemann, Susanne Kopka
Samstag/Sonntag, 10 – 16 Uhr, 2 x 7,5 Ustd.
23./24. Januar 2016
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

♀ Schnupperkurs Werkzeug- und Maschinenkunde

Für viele Frauen ist die Bohrmaschine ein Albtraum und oft ist sowieso ein Mann in der Nähe, der sie ihnen aus der Hand nimmt. Damit sollte Schluss sein. Wir wollen Ihnen die Angst davor nehmen und Mut machen, diese Maschinen selbst zu bedienen. Sie lernen bei uns den Umgang mit Bohrmaschine, Stichsäge, Schwingschleifer und Schraubenschlüssel etc. und können diese nach Lust und Laune ausprobieren. Es geht um ganz alltägliche Sachen wie Löcher in die Wand bohren oder ein Brett zusägen und abschleifen. Die Werkstatt stellt Geräte und Werkzeuge zu Übungszwecken selbstverständlich zur Verfügung. Wenn Sie eigene Werkzeuge und Maschinen haben, können Sie diese gerne mitbringen und nach diesem Tag werden Sie sie nicht mehr aus der Hand geben.
Frau Bernhard ist gelernte Sattlerin/Polsterin und seit 2002 Kursleiterin in den Bereichen Holz und Fahrrad.
Frau Ratajczak ist Tierpflegemeisterin mit jahrelanger Ausbildungserfahrung und seit 2004 Teamfrau mit umfangreichen Kenntnissen in der Holzbearbeitung.

59503K5
Petra Bernhard, Jutta Ratajczak
Samstag, 10 – 18 Uhr, 9 Ustd.
17. Oktober
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
37,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

♀ Fahrradwartung und -pflege

Auch für bisher ungeübte Frauen kann es ein Vergnügen sein, das Fahrrad selbst zu überholen und zu pflegen. Sie erhalten eine Einführung in die Instandhaltung und Wartung, das Durchführen von Reparaturen, wie z. B. Schläuche flicken, Bremsen und Licht einstellen und die dafür benötigten Werkzeuge. Am Samstag besteht auch die Möglichkeit, noch kleinere Ersatzteile zu besorgen. Bitte vorhandenes Werkzeug und das eigene Fahrrad – auch defekt – mitbringen.
Das werkstatteigene Werkzeug kann selbstverständlich mitgenutzt werden.
Frau Bernhard ist gelernte Sattlerin/Polsterin und seit 2002 Kursleiterin in den Bereichen Holz und Fahrrad.
Frau Kopka ist gelernte Zweiradmechanikerin mit dreißigjähriger Berufserfahrung und lehrt seit 2008 als Anleiterin in einer Jugendfahrradwerkstatt.

→

59504K5
Susanne Kopka, Petra Bernhard
Samstag und Sonntag, 10 – 16 Uhr, 2 x 7,5 Ustd.
5./6. September
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

59505K5
Susanne Kopka, Petra Bernhard
Samstag und Sonntag, 10 – 16 Uhr, 2 x 7,5 Ustd.
10./11. Oktober
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

♀ Holzkurs für Frauen – Der Berliner Hocker einfach selbst gebaut

In diesem Tageskurs lernen Sie den Umgang mit den gängigen Holzmaschinen und Werkzeugen und können nach einem Tag ein selbstgebautes Werkstück mit nach Hause nehmen.
Nach dem legendären Vorbild des Berliner Hockers von Le Van Bo bauen wir dieses multifunktional wandelbare Kleinmöbel nach. Dieses ist Hocker, Stuhl, Regal, Kindersessel und Beistelltisch in einem. Mehrere gemeinsam lassen sich durch verschiedene Kombinationen zu Sitzbänken, Sideboards oder Raumtrennern anordnen. Im Gegensatz zum Original verwenden wir dabei klassische Holzverbindungen ohne Schrauben wie z. B. Holzdübel, Lamellos und Leim. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Material wird gestellt. Dafür fallen vor Ort zusätzliche Kosten von 15 € an.
Frau Klink ist gelernte Druckerin und IT Systemkauffrau, seit 1994 Teamfrau und Kursleiterin in den Bereichen Fahrrad- und Werkzeugkunde.
Frau Lange ist gelernte Tischlerin mit Erfahrung in u. a. den Bereichen Restauration und Anleitung und seit 2012 Kursleiterin in den Bereichen Holz und Werkzeugkunde.

59506K5
Anja Klink, Elke Lange
Samstag, 10 – 18 Uhr, 9 Ustd.
12. September
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
37,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

59507K5
Anja Klink, Elke Lange
Samstag , 10 – 18 Uhr, 9 Ustd.
30. Januar 2016
Distel-Frauenwerkstatt c/o Faust, *
37,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

* Zur Bettfedernfabrik 3

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Ulrike Ernst
SPRECHSTUNDEN nach Vereinbarung (auch vor Ort)
TEL 168-46567 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 230, 2. Etage
E-MAIL ulrike.ernst@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Regina Napp
TEL 168-45359 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 209, 2. Etage
E-MAIL regina.napp@hannover-stadt.de

Neue Höranlage

SCHWERHÖRIGE MENSCHEN
Vor allem für Träger eines Hörgerätes (mit Einstellung T) oder eines Cochlea Implantates kann Höranlagentechnik in Kursen und Vorträgen eine Unterstützung bieten. Wir laden schwerhörige TeilnehmerInnen ein, dies auszuprobieren.
ⓘ Bitte wenden Sie sich per E-Mail oder Fax an Frau Ernst, die Programmbereichsleitung, die Ihnen die neue, mobile Höranlage der VHS zur Verfügung stellen kann.

MENSCHEN MIT BEHINDERUNG
soll die Teilnahme an allen Angeboten der VHS ermöglicht werden. Bei nicht barrierefreien Unterrichtsräumen werden wir uns auf Anfrage um einen entsprechenden Parallelkurs oder um die Verlegung des Kurses bemühen. Bitte wenden Sie sich frühzeitig an uns, damit wir eventuell umorganisieren können.
Tel. 168-46567
Die neuen Räume der VHS im Lindener Rathaus sind barrierefrei.
ⓘ Siehe Infos zum Lindener Rathaus!

BLINDE MENSCHEN
ⓘ Wir beraten Sie gerne über das Kursangebot, die Anmeldemöglichkeiten usw. in einem persönlichen Gespräch oder auch telefonisch.

MENSCHEN MIT LERNSCHWIERIGKEITEN
ⓘ So bekommen Sie Information zu Kursen:
Bitte rufen Sie an:Tel. 168-46567
Oder kommen Sie zu Frau Ernst ins Büro.
Wir können eine Zeit verabreden.
Frau Ernst kommt auch in die Werkstatt oder in ein Wohnheim.

FORUM INKLUSION

Die UN Behindertenrechtskonvention wurde 2009 von der Bundesrepublik ratifiziert und fordert verbesserte Teilhabechancen für Menschen mit Behinderung in allen Lebensbereichen ein. Die Teilhabe „Aller" zu ermöglichen, stellt sich häufig als neue, spannende Herausforderung, bei der es gilt ganze Systeme grundlegend zu verändern.

Podiumsdiskussion mit Gästen aus Politik und Verwaltung, mit Betroffenen bzw. NutzerInnen

10 Jahre Persönliches Budget

Im September waren 10 in nur wenigen Fällen bemerkenswerte Jahre vorbei. Das Persönliche Budget hat sich in der Praxis kaum durchgesetzt. In Rheinland-Pfalz beim Budget für Arbeit zeigt sich seine Machbarkeit und sein Erfolg. Auch in Niedersachsen gibt es Best Practise in Einzelfällen, der erfolgreichen Nutzung im Arbeitsleben. Doch das Budget für die Pflege und für die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben hat Seltenheitswert. Die potentiellen NutzerInnen trauen sich die recht umfangreiche damit verbundene Verwaltung und Verantwortung nicht zu. Pflegedienste sind unzuverlässig, zwingen Nutzerinnen zu Deals, die vereinfacht gesagt ein Nachteil für den Personenkreis sind. Welche Konsequenzen ergeben sich aus dem eventuell aktuell vorliegenden Bundesteilhabegesetz? Welche Aktivitäten erwartet die Staatenberichtskommision zur Umsetzung der UN Behindertenrechtskonvention von der Bundesregierung bzw. auf Länder- und kommunaler Ebene? Wie geht es weiter mit der Inklusion im Arbeits- und Alltagsleben?
ⓘ Mehr Information auf der Internetseite:
www.vhs-hannover.de

161AEX6
Donnerstag, 17 – 19.30 Uhr
8. Oktober
Haus der VHS
entgeltfrei

Selbsthilfegruppen

Die VHS bietet sich als Forum für Selbsthilfegruppen von Menschen mit Behinderungen an. In den Gruppen kann und soll gelernt werden, wie das, was stört, behindert und ausgegrenzt, beseitigt werden kann. Gemeinsames Ziel ist die Umsetzung der UN Behindertenrechtskonvention. Die jeweiligen Lebenssituationen, aber auch behindernde gesellschaftliche Verhältnisse sollen durch solidarisches Handeln verändert werden. Den Inhalt der Arbeit legen die Gruppen selbst fest. Neben der „Arbeit" kann es auch gemeinsame Freizeitgestaltung geben.

Fünf-Uhr-Club für Menschen mit und ohne Behinderung

Was wollen wir? Wir wollen:
- uns ab 17 Uhr bei einer Tasse Kaffee über Erlebnisse und Probleme von Gruppenmitgliedern austauschen, uns über aktuelle Behinderten- und Sozialpolitik informieren, Kursabende und gemeinsame Unternehmungen planen.
- ab 18 Uhr mit oder ohne fachkundige Referenten in der Gruppe geplante Themen diskutieren und das Nebeneinanderleben von Menschen mit und ohne Behinderung aufarbeiten und verbessern. An Aktionen und Projekten, die sich gegen Diskriminierung und Benachteiligung von Menschen mit Behinderung wenden und/oder das Miteinander von Mensch mit und ohne Behinderung fördern, wollen wir uns beteiligen oder diese initiieren.

16121E6
Ulrike Ernst Dipl. Pädagogin u. a.
Donnerstag, 17 – 19.30 Uhr, 16 x 3 Ustd.
ab 27. August
Pavillon, Lister Meile 4
entgeltfrei

Selbsthilfegruppe für Hörgeschädigte

Motto: Wir können alles – nur nicht gut hören!
Schwerhörige und ertaubte Menschen aus Hannover und Umgebung sprechen über Probleme, die durch die Hörbehinderung entstehen:
- Die eigene Behinderung selbstbewusst annehmen, Kommunikationsschwierigkeiten überwinden lernen, Gespräche über gemeinsame Erfahrungen.
- Informationen über technische Hilfen.
- Vorträge von Experten, z. B. über neueste medizinische oder technische Hilfen.
- Diskussion über Probleme in Beziehungen zu gut Hörenden.
- Durchführung von Kommunikationstaktik-Übungen, das sind Maßnahmen zur Erleichterung des Gesprächs.

→

→ Um allen die Teilhabe zu erleichtern, wird das Gesprochene zusammengefasst per Laptop und Beamer mitgeschrieben. Auch eine Übertragungseinrichtung (Infrarotanlage) für schwerhörige Menschen wird eingesetzt.

16173E6

Rolf Erdmann Diplom-Ingenieur
Dienstag, 17.15 – 18.45 Uhr, 14 x 2 Ustd.
8. September – 15. Dezember
Haus der VHS
entgeltfrei

Höranlage – alt und neu

Mittwochstreff für junge Hörgeschädigte

Junge Menschen mit Hörbehinderung haben eigene Vorstellungen von Selbsthilfegruppenarbeit: Wie sieht die Arbeitsmarktsituation für HannoveranerInnen mit Hörbehinderung aktuell aus? Gibt es Chancen in bestimmten Berufen? Wie gehen junge Menschen mit und ohne Behinderung mit Arbeitslosigkeit, Freizeit, Partnerschaft, Freundschaft, Familie um? Wie wirkt sich Hörbehinderung aus? Was will Selbsthilfe leisten? Was ist vor Ort regional und überregional zu tun?
Die Gruppe plant die Themen jedes Semester neu. Die Kurstermine werden im Kurs abgesprochen.

16174E6

Annette Flemming Erzieherin
Mittwoch, 19.30 – 21 Uhr, 10 x 2 Ustd.
ab 16. September
Haus der VHS
entgeltfrei

ALLGEMEINE KURSE FÜR MENSCHEN MIT UND OHNE BEHINDERUNG

Kooperation des Projekts „Behindert sexuelle Gewalt!“ des Frauennotruf Hannover e.V. und der VHS-Hannover.

Wen-Do
Selbst-Behauptung und Selbst-Verteidigung für Frauen mit Behinderung

Selbst-Verteidigung heißt sich zu wehren.
- Wenn Sie bedroht werden.
- Wenn Ihnen jemand wehtut.
- Wenn Sie fest-gehalten werden.

Selbst-Behauptung heißt sich durch zu setzen
- Wenn Sie jemand ärgert.
- Wenn Ihnen jemand zu nah kommt.
- Wenn Sie jemand belästigt.

Sie lernen in dem Kurs sich zu verteidigen.
So wie Sie es können.
Zum Beispiel:
- Mit den Händen.
- Mit den Füßen.
- Mit dem Roll-Stuhl oder Geh-Stock.
- Mit der Stimme.
- Mit einem bösen Blick.
- Mit Sachen, die Sie gut können.

Sie lernen:
- Wie Sie selbstbewusster werden.
- Was Sie sagen, wenn Sie jemand ärgert.
- Was Sie tun können. Dann geht es Ihnen besser.

Das wird Ihnen Mut machen.
Das macht Spaß!

22103E6

Ira Morgan (WenDo-Trainerin)
Donnerstag, 17 – 18.30 Uhr, 6 x 2 Ustd.
24. September – 29. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
entgeltfrei

EDV Online lernen

für den ECDL (European Computer Driving License)
Sie finden es mühsam aus Büchern zu lernen, was Sie praktisch anwenden möchten?
Sie möchten nicht zum Kurs in die VHS kommen oder Sie können schon vieles und möchten Ihr Wissen vervollständigen. Wir bieten Onlinelernkurse zu allen ECDL Modulen, die optimal auf die Prüfung vorbereiten.

Aktuell können die Lernprogramme zu allen ECDL Modulen für 10 € bezogen werden.
Dieser Preis kann nicht ermäßigt werden.

Diese Lernprogramme sind verfügbar:
Ausführlich beschrieben unter ECDL Lernprogramme auf Seite 212.
Computer-Grundlagen Windows 7 oder 8
2. Online-Grundlagen Internet Explorer und Outlook
3. Textverarbeitung Word 2010 oder 2013
4. Tabellenkalkulation Excel 2010 oder 2013
5. Datenbanken Access 2010 oder 2013
6. Präsentation PowerPoint 2010 oder 2013
7. IT-Sicherheit
8. Bildbearbeitung GIMP 2.8
9. Online-Zusammenarbeit

Anmeldung:
Margarethe Tarara, Tel. 168-45618
margarethe.tarara@hannover-stadt.de
Information:
Thomas Schwieger, Tel. 21555667
thomas.schwieger@hannover-stadt.de

Kommunikativer Kochkurs
für Menschen mit und ohne Handicap

Kochen Inklusiv

„Liebe geht durch den Magen“ sagt ein bekanntes Sprichwort – ersetzen wir das Wort Liebe mit Nähe und nehmen die Zubereitung des Essens als genussvollen Teil der Nahrungsaufnahme mit dazu – so entsteht das Konzept des Inklusiven Kochkurses.
Das heißt, anhand gemeinsamen Kochens entsteht ein zwangloses Miteinander, das Grenzen überbrücken hilft. Gemeinsam wollen wir uns unterschiedliche Rezepte erkochen, neue Gaumenfreuden ausprobieren, uns kennenlernen, miteinander plaudern, Spaß haben.
Die Kursleiter haben bereits weitreichende Erfahrung in der Küche – Kochen für Gäste, Organisation von Kochevents und Unterstützung von Kochanfängern.
Vielseitige Rezepte und vielfältige Zubereitungsmethoden gehören ebenso zu ihren Kompetenzen wie Gebärdensprache.

92151E6
Anja Jung und andere
Samstag und Sonntag, 10 – 14 Uhr, 2 x 5 Ustd.
7. und 8. November
Haus der VHS
26 € + 10 € Lebensmittelkosten
+3,50 € Bearbeitungsentgelt

Für Beschäftigte aus der Werkstatt
Für Menschen mit Behinderung

Kochen und Backen nach einfachen Rezepten

Sich selbst versorgen können ist eine wichtige Fähigkeit. Wir kaufen für gesundes Essen ein und kochen nach Rezepten, die ohne großen Zeitaufwand zubereitet werden können.
Wir kochen, braten und backen. Auch leckere Salate werden wir kennen lernen. Gemeinsam wird der Tisch gedeckt und dann lassen wir uns unsere selbst gekochten Genüsse schmecken. Die Rezepte, die möglichst von jedem zu „lesen“ sein sollen, werden wir sammeln, um sie eventuell in Form eines Kochbuches öffentlich zu machen.
Anfallende Kosten für Nahrungsmittel werden im Kurs umgelegt.
Der Kochkurs findet in den Räumen der Caritas Werkstätten, Engelbosteler Damm 72 statt.

92150E6
Susanne Jürgens Lehrerin
Donnerstag, 15.15 – 17.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
ab 3. September, 14-tägig
27,30 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Für Menschen mit Behinderung

Schnell etwas kochen – ganz einfach

Selbst kochen ist gut.
Wir kochen 3 einfache, aber leckere Gerichte.
Sie bekommen alle Rezepte leicht lesbar.
4 € Lebensmittel- und Materialkosten werden im Kurs eingesammelt.

92153E6
Ulrike Ernst und andere
Donnerstag, 16.30 – 20 Uhr, 1 x 4 Ustd.
22. Oktober
Haus der VHS
5,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Für Menschen mit Behinderung

Musik erleben

Inhalt dieses Bildungsurlaubes ist alles, was mit Musik zu tun hat: Singen, Tanzen, Musik hören, Musik machen, Instrumente bauen.
Ein Konzertbesuch kann eingeplant werden.
Materialkosten von 10 € werden im Kurs eingesammelt.

85X16E6
Petra Hundertmark, Christof Lietz
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
19. – 23. Oktober
Haus der VHS
50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Für Menschen mit Behinderung

Zeichnen und Malen am Freitagnachmittag

Wir wollen mit Pinsel, Farbe und Stiften neue Techniken ausprobieren. Auch Materialien wie zum Beispiel Pappe oder Stoff können mit verwendet werden. Wenn Sie Lust haben, können wir auch in einer Ausstellung ansehen, was andere gemalt haben.
Materialkosten werden im Kurs bezahlt.

81161E6
Karin Gabel-Eichler Lehrerin
Freitag, 14.30 – 16.45 Uhr, 15 x 3 Ustd.
ab 11. September
Freizeitheim Stöcken
58,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Lerntreff: Zeichnen und Malen

Dieser Kurs richtet sich an Beschäftigte der Werkstatt für Menschen mit Behinderung, für die Zeichnen und Malen eine Alternative zu schriftlicher Kommunikation ist. Mit vielem Farben und Materialien werden vorgegebene und selbst gewählte Themen dargestellt. Die TeilnehmerInnen lernen auch eigene Wünsche einzubringen und üben sich darin, sich gegenseitig Rückmeldungen über ihre Fähigkeiten und Talente zu geben.
Der Kurs findet in den Räumen der Hannoverschen Werkstätten gem. GmbH statt.

81162E6
Antje Schimmel Ergotherapeutin
Mittwoch, 9.45 – 11.15 Uhr, 20 x 2 Ustd.
26. August – 27. Januar 2016
64 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
(keine Ermäßigung)

Lerntreff: Lesen und Schreiben

Dieses Angebot richtet sich an Beschäftigte der Werkstatt für Menschen mit Behinderung, die im Alltag mehr Sicherheit im Umgang mit dem Geschriebenen gewinnen möchten. Vorhandene Schreib- und Lesekenntnisse sollen erhalten, in praktischen Situationen angewendet und damit erweitert werden. Auch das Wissen zu selbst ausgewählten Themen kann in kleinen Schritten vermehrt werden. Es wird mit erwachsenengerechten Arbeitsblättern geübt. Fortgeschrittene lernen kurze Geschichten zu schreiben und Texte zu verstehen.
Man kann sich über die Hannoversche Werkstatt oder bei der Programmbereichsleiterin anmelden.
Die Kurse finden in den Räumen der Hannoverschen Werkstätten gem. GmbH statt.

79166E6
Antje Schimmel Ergotherapeutin
Mittwoch, 8 – 9.30 Uhr, 20 x 2 Ustd.
26. August – 27. Januar 2016
64 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
(keine Ermäßigung)

79167E6
Antje Schimmel Ergotherapeutin
Mittwoch, 11.30 – 13 Uhr, 20 x 2 Ustd.
26. August – 27. Januar 2016
64 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
(keine Ermäßigung)

Lese- und Schreibkurs

Dieses Angebot richtet sich an Beschäftigte in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung und hat das Ziel, vorhandene Schreib- und Lesekenntnisse zu erhalten, in praktischen Situationen anzuwenden und damit zu verfestigen. Man kann sich über die Hannoversche Werkstatt oder bei der Programmbereichsleiterin anmelden.
Die Lese- und Schreibkurse finden in den Räumen der Hannoverschen Werkstätten gem. GmbH in Hainholz statt.
Es wird ein Mindestentgelt von 25 € erhoben.

79163E6
Brigitte Göbel
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
ab 10. September

79164E6
Brigitte Göbel
Donnerstag, 10.30 – 12 Uhr, 12 x 2 Ustd.
ab 10. September

79165E6
Brigitte Göbel
Donnerstag, 12.30 – 14 Uhr, 12 x 2 Ustd.
ab 10. September

Unsere Lese- und Schreibwoche

„Leben mit Behinderung in fernen Ländern" ist das Thema dieser Bildungsurlaubswoche für die Lese- und Schreibkurse für Menschen mit Behinderung. Wir werden den ganzen Tag aktiv sein und täglich Texte in leichter Sprache lesen, Reiseberichte der Kursleiterin hören, Bilder ansehen, und dazu kurze Sätze, Geschichten oder Briefe schreiben.
Teilweise soll das Lernmaterial „Behinderung und Entwicklung – was geht mich das an?" des Vereins „Behinderung und Entwicklungszusammenarbeit e.V." (www.bezev.de) verwendet werden.
Die Kursleiterin arbeitet jährlich mehrere Monate in Afrika.

79X13E6
Brigitte Göbel
Montag – Freitag, 8 – 16 Uhr, 40 Ustd.
31. August – 4. September
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Hauptschulabschlusskurs für Menschen mit und ohne Behinderung siehe Seite 235

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Mosaik
inklusiv Leben

Die **Mosaik gem. GmbH – inklusiv Leben** ist Anbieter
- der Ambulanten Wohnschule
- von Schulbegleitung

Menschen mit Behinderungen erhalten hier Rat und praktische Unterstützung durch ein professionelles pädagogisches Team.

Ab Herbst/Winter 2015
bieten wir folgende Kurse an:

Schulung für Ehrenamtliche im Familienunterstützenden Dienst (FuD) nach § 45b SGB XI
Familien, in denen ein Mitglied aufgrund einer Behinderung gepflegt wird, sind besonders belastet. Im Familienunterstützenden Dienst (FuD) entlasten Ehrenamtliche die pflegenden Angehörigen, damit diese einmal Zeit für sich selbst haben. Die ehrenamtlichen Helfer/innen werden durch diese Schulung auf ihre Tätigkeit vorbereitet.
Wir suchen Menschen ab 18 Jahren, die über ein selbst definiertes Zeitkontingent verfügen, in dem sie sich ehrenamtlich engagieren möchten (Aufwandsentschädigung).
Infoveranstaltung:
23. September, 10 Uhr, Haus der VHS

Schulung zum Tandem-Berater/ zur Tandem-Beraterin
Sie sind selbst von einer Behinderung betroffen und möchten andere Betroffene unterstützen, z. B. in der Werkstatt, im privaten Bereich oder in einer Selbsthilfegruppe? In dieser Schulung erfahren Sie alles Wichtige dazu. Themen u. a..: Einblicke in soziale Leistungen, Überblick über vorhandene Hilfsangebote, Kommunikations- und Sozialkompetenztraining, Beratungsmethodik, Leichte Sprache, Konfliktmanagement uvm. Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit Behinderungen, die lesen und schreiben können.

Infoveranstaltung:
25. November, 16.30 Uhr, Haus der VHS

Mosaik gem. GmbH – inklusiv Leben
Bleekstraße 26
30559 Hannover
Tel. (0511) 700 237 80
info@mosaik-inkluisv-leben.de
www.mosaik-inklusiv-leben.de

KURSE FÜR MENSCHEN MIT BESTIMMTEN BEHINDERUNGSARTEN

Um die jeweilige Behinderung der TeilnehmerInnen besser berücksichtigen zu können, werden diese Kurse nicht „für Alle“ angeboten.
Das Ziel ist, spezielle behinderungsbedingte Benachteiligung auszugleichen und so die Möglichkeiten zur Teilnahme am täglichen Leben zu erweitern, aber auch die Kommunikation und Begegnung zwischen Menschen mit und ohne Behinderung zu fördern.

Besser verstehen in der Gruppe

Mundabsehen für Menschen mit Hörbehinderung

Wenn bei hörbehinderten Erwachsenen das Hörvermögen – auch mit Hörgeräten – nicht mehr ausreicht, um Sprache einwandfrei verstehen zu können, ist das Training des Mundabsehens eine nützliche Hilfe. Laut für Laut wird die Technik des Mundabsehens vermittelt und an Hand von Einzelwörtern und Sätzen geübt. Zusätzlich wird das Fingeralphabet genutzt, um uns z. B. Hinweise auf den Anfangsbuchstaben eines Wortes zu geben. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Der Einstieg ist auch nach Kursbeginn möglich.

99190E6
Gisela Hänel Sprachheilpädagogin
Dienstag, 15.30 – 17 Uhr, 10 x 2 Ustd.
29. September – 15. Dezember
Haus der VHS
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Hörtrainingskurs für CI-TrägerInnen

Früh- und Spätertaubte müssen nach einer Cochlear-Implantation das „Neue Hören“ lernen und üben. Das fällt leichter in einer Gruppe Gleichbetroffener.
Von sinnlosen Silben bis zur alltäglichen Kommunikation wollen wir unsere Hörfähigkeit erproben und verbessern. Strategien für unterschiedliche Gesprächssituationen werden angeboten.
Auch hochgradig Hörbehinderte ohne Cochlear-Implantat sind willkommen. Sie können sich bei uns Entscheidungshilfen holen oder einfach mitmachen.

99198E6
Christina Thamm Logopädin
Mittwoch, 16.30 – 18 Uhr, 10 x 2 Ustd.
14. Oktober – 16. Dezember
Haus der VHS
26 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

KURSE FÜR ANGEHÖRIGE, FREUNDE UND BETREUERINNEN

Ein wesentliches Element des Zusammenlebens von Menschen mit und ohne Behinderung ist die barrierefreie Kommunikation. Auf Grund der Nachfrage werden für Angehörige, Freunde, MitarbeiterInnen von Behinderteneinrichtungen und allen anderen Interessierten seit einigen Jahren meistens Kurse in Deutscher Gebärdensprache (DGS) oder nach Absprache, auch in lautsprachbegleitender Gebärde (LBG) angeboten. Organisierbar sind auf Anfrage auch Kursangebote, die auf eine Tätigkeit als Assistenz vorbereiten oder über Blindenschrift, Lormen und technische Hilfen informieren.

Deutsche Gebärdensprache

Das Kursangebot der VHS Hannover gibt eine Einführung. Sie lernen Gebärden für alltägliche Situationen. Die Deutsche Gebärdensprache dient der Kommunikation unter Gehörlosen und Ertaubten. Nichtbehinderte TeilnehmerInnen, wie Eltern, LehrerInnen und ArbeitskollegenInnen können sich durch das Erlernen der Gebärdensprache besser mit hörbehinderten Menschen verständigen.

Deutsche Gebärdensprache I

99185E6
Sybille Deister DGS Dozentin
Donnerstag, 16.15 – 17.45 Uhr, 14 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
50,40 € + 14 € Zusatzkosten

Deutsche Gebärdensprache I

99186E6
Sybille Deister DGS Dozentin
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
50,40 € + 14 € Zusatzkosten

Inklusion braucht Kommunikation – Gespräche mit den Händen

Im Zuge der Umsetzung der Inklusion wird der Bedarf an kommunikativen Kompetenzen immer deutlicher. Vor allem solche Kompetenzen, die über die rein „lautsprachliche“ Kompetenz hinausgehen. Inklusion und Kommunikation brauchen Mut, Zeit – und Gebärden.
Zum Beispiel: Gebärdensprache. Gebärdensprache ist eine Sprache wie alle anderen – nur anders. Wir nutzen unsere Hände und hier steht das „Ganzkörpersprechen“ im Fokus. Mimik, Gestik und Körpersprache haben eine viel bedeutendere Funktion als in der Lautsprache.
Was allerdings gleich ist: Man merkt sich nur, was man auch benutzt und mit der Übung kommt der Spaß an der Sprache!
Im Kurs werden wir Gebärden für den Alltag lernen, erste Sätze und Unterhaltungen trainieren und üben, üben, üben.

- Einstieg in Gebärden – LBG, DGS, GUK
- Fingeralphabet
- Vokabeln für Alltag, Schule und Beruf
- lernen mit Spaß!

99188E6
Anja Jung
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
22. September – 8. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
36 € + 10,50 € Zusatzkosten

Innovative Lösungen für die Sicherheit im Haus siehe Seite 32

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Renate Ackermann
SPRECHSTUNDE nach Vereinbarung
TEL 21555668
siehe auch Kasten Seite 204 oder 212

SOZIALE KOMPETENZ FÜR ALLTAG UND BERUF

Bewerbungstraining

In diesem Seminar lernen Berufseinsteiger, Absolventen und Interessierte, die sich beruflich neu orientieren, die Bewerbungsregeln kennen und erfahren, wie Sie mit Ihrer Bewerbungsmappe Profil zeigen und sich selbst auf dem Arbeitsmarkt präsentieren.
Ihre Bewerbung ist Werbung in eigener Sache und gleichzeitig erste Arbeitsprobe. Um zu überzeugen, müssen Sie aus der großen Zahl an Bewerbern positiv herausstechen. Von Ihnen wird erwartet, dass Sie sich, Ihre Stärken und Ihre Fähigkeiten ansprechend präsentieren. Für Sie werben Faktoren wie die Art des persönlichen Kontakts, wie Sie auf das Unternehmen aufmerksam geworden sind, das Einbringen zuvor beschaffter Informationen, persönliche Erfolge, Schlüsselwörter passend zum Unternehmensprofil sowie ein ansprechendes Mappendesign. Ein gut gestalteter Lebenslauf sowie ein prägnantes Anschreiben sind neben einer gezielten Anlagen- und Zeugnisauswahl der Schlüssel zum Erfolg. Präsentieren Sie sich und Ihr Profil passend zum Unternehmen und steigern Sie so Ihre Erfolgschancen.
Die überzeugende schriftliche Bewerbung wird ergänzt durch einen Telefonleitfaden, um Kontakte aufzubauen und zu halten. Abschließend erfahren Sie den Aufbau eines Vorstellungsgesprächs, bereiten sich auf beliebte Fragen vor und erhalten Tipps für ein professionelles Auftreten und Verhalten.

Inhalte im Überblick
- Die 7 Phasen einer erfolgreichen Bewerbung
- Aufbau einer Bewerbung, Corporate Design
- Der Lebenslauf/Curriculum Vitae
- Das Anschreiben
- Das Bewerbungsfoto – Noch erforderlich?
- Eyecatcher, Mappen, Bewerbungstrends
- Stellenrecherche im Internet, Jobbörsen
- Die Online-Bewerbung
- Stärken- und Schwächenanalyse
- Telefonleitfaden für den Kontaktaufbau
- Das Vorstellungsgespräch in 4 Phasen
- Beliebte Fragen und Antwortstrategien
- Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch, Kleidung

→

62001D8
Iris Kadenbach
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 2 x 10 Ustd.
26./27. September
VHS, Büssingweg 9
90 € + 15 € Zusatzkosten

Fördergelder für Existenzgründer & kleine bis mittlere Unternehmen

Die Teilnehmer werden in die Welt der Fördergelder eingeführt und bekommen einen Überblick, wie die unternehmerischen Fördertöpfe in Deutschland funktionieren. Ihnen wird dabei eine speziell konzipierte Auswahl an Förderprogrammen und Fördermittelquellen vorgestellt. Darüber hinaus werden die Kursteilnehmer mit dem Einwerben der Fördergelder und einer erfolgreichen Antragsstellung vertraut gemacht. Der Kurs zeichnet sich durch viele praktische Tipps, Beispiele und praxisnahe Übungen aus.

Inhalt:
- Überblick und Grundlagen der Fördermittellandschaft
- Fördermittelquellen/Fördergeldprogramme im Detail
- Vorstellung alternativer Förderungen & Drittmittel
- Fördermittelrecherche & Fördermitteltools
- Konzept und Antragsstellung im Detail

Zielgruppe:
- Existenzgründer im Haupt- und Nebengewerbe
- Personen, die eine Existenzgründung planen
- Inhaber/Mitarbeiter kleiner bis mittlerer Unternehmen

Methodik:
- Ein ausgewogenes Verhältnis von praxisorientierten Vorträgen, Diskussionen, Praxistipps
- Fallbeispielen sowie die Arbeit mit Originaldokumenten.

62002D8
Marc-Oliver Krüger
Freitag, 16.30 – 21.30 Uhr, 1 x 6 Ustd.
15. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
27 € + 12,50 € Zusatzkosten

Fördergelder für Vereine & gemeinnützige Organisationen

Die Teilnehmer werden in die Welt der gemeinnützigen Fördergelder eingeführt und bekommen einen Überblick, wie die Fördertöpfe in Deutschland funktionieren. Ihnen wird dabei eine speziell konzipierte Auswahl an Förderprogrammen und Fördermittelquellen sowie diverse Fundraisinginstrumente vorgestellt. Darüber hinaus werden die Kursteilnehmer mit dem erfolgreichen Einwerben der Fördergelder und einer standardisierten Antragsstellung vertraut gemacht. Der Kurs zeichnet sich durch viele praktische Tipps und Beispiele aus.

Inhalt:
- Überblick und Grundlagen der Fördermittellandschaft
- Fördermittelquellen im Detail
- Vorstellung alternativer Förderungen & Drittmittel
- Fördermittelrecherche & Fördermitteltools
- Konzept und Antragsstellung im Detail

Zielgruppe:
- Mitglieder/Vorstände von Vereinen
- Mitarbeiter/Fachkräfte von gemeinnützigen Organisationen
- Ehrenamtlich tätige Personen

Methodik
- Ein ausgewogenes Verhältnis von praxisorientierten Vorträgen, Diskussionen, Praxistipps und Fallbeispielen sowie die Arbeit mit Originaldokumenten

62003D8
Marc-Oliver Krüger
Samstag, 10 – 17 Uhr, 1 x 8 Ustd.
16. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
36 € + 12,50 € Zusatzkosten

Assessment – das Auswahlverfahren für HochschulabsolventInnen und Führungskräfte

Assessment ist ein für die Wirtschaft entwickeltes anspruchsvolles Testverfahren, das außerhalb der normalen Bewerbungsabläufe speziell für die Besetzung qualifizierter Tätigkeiten und für den internen Aufstiegsweg eingesetzt wird. Hier werden vor allem die Schlüsselqualifikationen wie soziale Kompetenz, Verantwortungsbewusstsein und Führungsqualitäten in Form von gezielten Gruppenübungen, Diskussionsrunden, Präsentationen und Rollenspielen abgefragt. Kommunikationsstärke, Durchsetzungsvermögen, Teamorientierung und Eigeninitiative zählen u. a. zu den Verhaltensweisen, die beobachtet und bewertet werden.
Dieses Seminar führt Sie mit praktischen Übungen durch ein Assessment-Center. Sie erhalten ein fundiertes Feedback über Ihre Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten und können sich so gezielt und sicher auf die Anforderungen eines Assessments vorbereiten. Ergänzend üben Sie im Interview – mit dem ein Assessment-Center endet – die Selbsteinschätzung Ihrer Leistungen im Vergleich zu den MitbewerberInnen und in Hinsicht auf das Anforderungsprofil und reflektieren Ihre Kompetenzen. Gleichzeitig ist dies die beste Vorbereitung für jede Art von Vorstellungsgespräch.

62006D8
Iris Kadenbach
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 2 x 10 Ustd.
10./11. Oktober
VHS, Büssingweg 9
90 € + 15 € Zusatzkosten

Konflikte erkennen, ansprechen und bewältigen – Konfliktsituationen rechtzeitig bemerken und in Kritik-/Konfliktgesprächen erfolgreich lenken

Konflikte gehören zum täglichen Leben, sie sind unausweichlich, vor allem im Beruf. Häufig gehen wir Auseinandersetzungen aus dem Weg und schlucken unseren Frust herunter, worunter Arbeitsmotivation und Leistung leiden.
Wie teile ich in Konfliktsituationen Kritik so mit, dass sich mein Gesprächspartner fair behandelt fühlt und die geäußerte Kritik einsieht?
Konstruktive Konfliktlösungen sind die hohe Kunst der Kommunikation. Schon mit einfachen Regeln und einem klaren Gesprächsleitfaden kann man eine Konfliktsituation so bewältigen, dass alle Seiten eine faire Chance auf eine gemeinsame Lösung erhalten.
In diesem Seminar erhalten Sie eine Einführung in das Konfliktmanagement und lernen Strategien zur konstruktiven Konfliktbewältigung, die Sie in Rollenspielsituationen trainieren. Konfliktfähigkeit und Konfliktmanagement sind erlernbar und eine Bereicherung Ihrer sozialen Kompetenz.
Inhalte:
- Ursachen und rechtzeitiges Erkennen von Konflikten
- Gesprächsleitfaden für Kritik- und Konfliktgespräche
- Dominanzverhalten, Körpersprache
- Aktives Zuhören, Fragetechniken
- Konkrete Vereinbarungen treffen, Wertschätzung
- Win-Win-Strategien, konstruktive Lösungsmethoden
- Einwandbehandlung, Umgang mit unfairen Angriffen, Schutzbehauptungen
- Anwendung im beruflichen Alltag

62008D8
Iris Kadenbach
Freitag, 17 – 21 Uhr, 1 x 5 Ustd.
Samstag, 8.30 – 17 Uhr, 1 x 10 Ustd.
18. und 19. Dezember
VHS, Büssingweg 9
67,50 € + 11,50 € Zusatzkosten

In Führung gehen: Gestern Kollegin/Kollege, heute Chefin/Chef

Als Führungskraft warten eine Reihe nicht zu unterschätzender Herausforderungen auf Sie und Ihr Team. Erwerben Sie deshalb essentielle führungstechnische Fähigkeiten, welche Sie sofort und nutzbringend in die Praxis umsetzen können. Verknüpfen Sie Ihr bisher erworbenes Fachwissen mit Managementwissen und erweitern Sie erfolgreich die sozialen Kompetenzen.
Inhalte:
- Was heißt Führen?
- Funktionen einer Führungskraft
- Traditionelle Führungsstile versus Systemisch Führen
- Führungsstärke und Führungspersönlichkeit: sich als Führungskraft positionieren und den Übergang von MitarbeiterInnen zu Vorgesetzten überzeugend gestalten
- Effiziente Organisation des Führungsalltags
- Methoden zur besseren Selbstorganisation: Prioritäten setzen, Delegieren, Entscheidungen treffen, Verantwortung übertragen, Probleme lösen
- Zielorientiertes Arbeiten, Zielvereinbarungen mit MitarbeiterInnen treffen
- Fördern und Fordern von MitarbeiterInnen
- Basis schaffen für erfolgreiche Teamarbeit
- Sich selbst und andere motivieren
- Feedbackkultur an Stelle von Streitkultur etablieren

62012D8
Anke von Salzen
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 2 x 10 Ustd.
31. Oktober/1. November
VHS, Büssingweg 9
90 € + 15 € Zusatzkosten

Iris Kadenbach
Impulse für Ihre berufliche Weiterentwicklung
Training, Coaching und Personalentwicklung

Kommunikation | Konfliktmanagement
Rhetorik | Präsentation | Moderation
Potenzialanalyse | Persönlichkeit
Teamentwicklung | Coaching
Berufliche Neuorientierung
Bewerbung | Assessment
Öffentlichkeitsarbeit
Firmenschulungen

Kadenbach COACHING

www.kadenbachcoaching.de
info@kadenbachcoaching.de

Ferdinand-Wallbrecht-Str. 9
30163 Hannover

Tel.: 0511 | 262 43 56
Fax: 0511 | 262 43 57

Coaching: Wirken – überzeugen – begeistern

Viele Menschen neigen dazu, sich im beruflichen Umfeld unauffällig zu verhalten. In wichtigen Gesprächen sind Sie eher zurückhaltend statt Ihre Meinung und Ihren Standpunkt zu kommunizieren. In Gruppendiskussionen schließen Sie sich eher der Meinung dominanter Personen an, da Sie oft erfahren haben, dass Ihre Beiträge überhört werden. Lernen Sie in diesem Seminar, wie entscheidend es ist, auf sich aufmerksam zu machen. Ein selbstbewusstes Auftreten und Agieren in Gesprächen und Diskussionen ist wichtig, die Kunst, überzeugend zu kommunizieren und zu argumentieren, ist noch wichtiger. Wer seinen Erfolg wirklich langfristig sichern will, muss andere von eigenen Ideen, Ansprüchen und Vorgehensweisen begeistern. Sie werden am Ende des Seminars feststellen, dass auch Sie dazu in der Lage sind!

Inhalte:

- Die eigene Wirkung auf andere optimieren
- Profil und Persönlichkeit zeigen durch bewusste Körpersprache
- Eigene Sprache – Worte und Sprache effektiver gestalten und einsetzen
- Gekonnte Argumentation und Reagieren auf Einwände
- Gekonntes Reagieren auf persönliche Angriffe
- Umgang mit unfairen oder dominanten Gesprächspartnern
- Begeistern – die Technik, andere für sich und die eigenen Ideen zu begeistern

62013D8

Anke von Salzen
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 2 x 10 Ustd.
14./15. November
VHS, Büssingweg 9
90 € + 15 € Zusatzkosten

Workshop

Burnout

- Vorübergehendes Tief oder kritischer Zustand?
- Wo liegt der Unterschied zwischen Burnout und einer einfachen Erschöpfung?
- Woran erkenne ich das Burnout-Syndrom? Gibt es Frühwarnsysteme?
- Burnout – die Stufen zum Kollaps
- Ausgebrannt – warum? Welche Ursachen und Mechanismen lassen Menschen ausbrennen?
- Risiko-Kandidaten: Wer ist besonders gefährdet?
- Burnout – den Teufelskreis verstehen.
- Heraus aus der totalen Erschöpfung – warum gute Ratschläge meist nicht helfen
- Wirksame Gegenmaßnahmen einleiten
- Prävention – wie kann ich mich langfristig vor einem Ausbrennen schützen?

→

→

62014D8

Elisabeth Knelangen
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 2 x 10 Ustd.
7./8. November
VHS, Büssingweg 9
90 € + 15 € Zusatzkosten

Workshop

Schlagfertigkeit in Alltag und Beruf -

Die gute Nachricht: Schlagfertigkeit ist nicht angeboren sondern kann erlernt und gesteigert werden. Nicht wenige Menschen wünschen sich mehr Schlagfertigkeit wenn es zu angespannten Situationen kommt. Vielen fallen erst hinterher die richtigen Worte ein. Um in diesen Momenten die richtigen Sätze souverän äußern zu können und nicht verletzend zu reagieren, können Sie die geeigneten Strategien in diesem Seminar erlernen.

Inhalte:

Einführung in die Grundlagen

- Persönliche Einstellung – Umgang mit „Angriffen“
- Absicht der Schlagfertigkeit: Das Selbstbestimmungsrecht
- Die Reaktionszeit
- Der „Spaß-Faktor“

Praxisübungen zur Schlagfertigkeit

- Situationsbedingtes Handeln/Reaktionsvermögen
- Mit Humor reagieren
- Training verschiedener Methoden
- Routineantworten erlernen
- Umgang mit taktlosem Angriff
- Beherrschung der Aufgebrachtheit
- Scharfsinn in der Gruppe
- Rede- und Sprachübungen
- Wirkung von Gestik, Mimik und Stimme

62015D8

Elisabeth Knelangen
Freitag, 17.30 – 20.45 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag, 8.30 – 17 Uhr, 1 x 10 Ustd.
20./21. November
VHS, Büssingweg 9
63 € + 15 € Zusatzkosten

„Gestalten Sie, sonst werden Sie gestaltet“: Relationales Selbstmanagement nach dem Ansatz von S. Radatz

„Das ist eben so“, „Das lässt sich in meiner Firma doch nie durchsetzen“, „Daran kann ich eh nichts ändern“…Gedanken wie diese kommen Ihnen bekannt vor? Sie sind insgesamt unzufrieden, schaffen es aber nicht, etwas zu ändern? Das muss nicht so sein, denn Sie haben es in der Hand! Sie können Ihr Leben selbst gestalten!

Inhalte:

- Die Unterscheidung zwischen gestaltenden und nicht gestaltenden Systemen
- Die Willensskala – Visualisierung des Ist-Zustands
- Wie erkenne ich, was ich wirklich will
- Aktiv ins Selbstmanagement starten -> Gestalten
- Umgang mit Rückschlägen
- Kontinuität auf dem eigenen Weg erlangen
- Entwurf eines persönlichen Optimalbildes: Das konkrete Vorgehen
- Definition einer neuen Selbstbeschreibung
- Neue Rahmen finden

62016D8

Elisabeth Knelangen
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 2 x 10 Ustd.
5./6. Dezember
VHS, Büssingweg 9
90 € + 15 € Zusatzkosten

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Evelyn Schmidt
SPRECHSTUNDEN nach Vereinbarung
TEL 168-42076
ORT Haus der VHS, Raum 232, 2. Etage
E-MAIL evelyn.schmidt@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Martina Zwickert-Cetin
TEL 168-43918
ORT Haus der VHS, Raum 210, 2. Etage
E-MAIL
martina.zwickert-cetin@hannover-stadt.de

NLP-Practitioner-Ausbildung

In diesem Lehrgang, den wir in Kooperation mit dem Institut „Komm zum Punkt“ durchführen, lernen Sie grundlegende Inhalte, Techniken und Methoden des Neurolinguistischen Programmierens kennen. In Übungen erfahren Sie, was es bewirkt und wie Sie es in Ihrem beruflichen und privaten Alltag nutzen können. Sie erweitern Ihre Kommunikationfähigkeit und Ihr Verhaltensrepertoire. Es wird Ihnen leichter fallen, Konflikte zu lösen und Ziele zu erreichen.
Angesprochen sind Personen, deren beruflicher Erfolg von dem gelungenen Umgang mit KundInnen, MitarbeiterInnen, KollegInnen, Vorgesetzten und Ratsuchenden abhängt.
Der Lehrgang umfasst 84 Unterrichtsstunden. Am Ende findet eine Prüfung statt, die in Lizenz des Richard-Bandler-Instituts von uns durchgeführt wird, und deren Bestehen mit einem Zertifikat von Richard Bandler bescheinigt werden kann. (Wenn gewünscht, wären dafür zusätzlich 200 $ zu entrichten.)
Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:
1. Schulung der Wahrnehmung, Disneymodell, Kommunikation und Beziehung
2. Motivation und Zielmanagement, Teamentwicklung
3. Mentaltraining
4. Veränderung durch Reframings
5. Die Sprache des Unbewussten
7. Time-Line und Testing

→ Geleitet wird dieser Lehrgang von Brita Floegel, die Philosophie und Germanistik sowie Kommunikationspsychologie (bei Prof. Friedemann Schulz von Thun in Hamburg) studiert hat. Im Bereich des Neuolinguistischen Programmierens wurde sie an der University of California bei Robert Dilts und bei Richard Bandler in Orlando/Florida ausgebildet. Sie ist zertifizierte NLP-Lehrtrainerin und Lehr-Coach.

ⓘ Infoabend: **25. September 2015,** 18.30 Uhr

22763S8
Brita Floegel
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.30 Uhr
10./11. Oktober, 7./8. November, 5./6. Dezember 2015, 9./10. Januar, 6./7. Februar, 5./6. März 2016
Komm zum Punkt, Stärkestr. 10
672 € + 7 € Bearbeitungsentgelt (auch zahlbar in Raten, Ermäßigung ist nicht möglich).

schauspielXhannover

Lehrgang in Kooperation mit dem Staatstheater

Kraft der Märchen
Märchenerzählen in therapeutischen und pädagogischen Bereichen

Märchen können aufregen, trösten und heilen. Märchen machen Sinn und erklären die Welt. Märchen sind unglaublich und doch wahr. Sie enthalten die universelle Weisheit der Welt und die Eigenart ihrer Herkunftskultur. Sie füttern die Fantasie der ZuhörerIn, die der ErzählerIn an den Lippen hängt, mitfühlend, mitdenkend, mit wissend. Sie sind Kopfkino, gemacht aus Worten, die sich in Bilder verwandeln. Die Lust am Erzählen ist ansteckend. Gute Geschichten verbreiten sich und werden von Mund zu Mund weitergegeben. Sie bereichern und verbinden. Märchen stiften Identität und öffnen Türen in fremde Welten. Sie schaffen Gemeinsamkeit im Augenblick des Erzählens. Kinder brauchen Märchen und Erwachsene auch… und Märchen gehen fast immer gut aus.

→ Dieses Angebot wendet sich an pädagogische und therapeutische Fachkräfte, sowie Ehrenamtliche und Interessierte, die das Märchenerzählen professionell erlernen möchten, und wie Erzähllust vermittelt wird. Der Lehrgang besteht aus sechs Wochenendworkshops, die in Modulen Aspekte des Märchenerzählens vermitteln und einem 5tägigen Bildungsurlaub, bei dem ein Märchenprogramm erarbeitet und öffentlich präsentiert wird.
Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:
1. Die Kunst des Erzählens
2. Die Welt der Märchen und Mythen
3. Stimme und Sprachgestaltung
4. Selbstinszenierung
5. Biografisches Erzählen
6. Inszenierung eines Märchenprojektes
Geleitet wird der Lehrgang von Bärbel Jogschies, die Theaterpädagogin des Staatstheater Hannover und Lehrbeauftragte der TU in Berlin ist.

ⓘ Infoabend: **24. September 2015,** 18 Uhr

21804S8
Bärbel Jogschies
Freitag, 16 – 21 Uhr und Samstag, 12 – 18 Uhr
6./7. November, 4./5. Dezember 2015, 8./9. Januar, 5./6. Februar, 4./5. März, 15./16. April 2016
1. – 5. Juni 2016 (Bildungsurlaubswoche)
Haus der VHS
550 € (auch zahlbar in Raten, Ermäßigung ist nicht möglich)

Komm zum Punkt
Institut für Rhetorik, Kommunikation und Personalentwicklung
Seminare
NLP-Ausbildung
Beratung
M.A. Brita Floegel
Germanistik-, Philosophie-, Kommunikationspsychologie
zertif. NLP-Lehrtrainerin
Stärkestr. 10, 30451 Hannover, Tel./Fax 0511 - 2100849
E-Mail brita.floegel@komm-zum.de

Lehrgang in Kooperation mit dem Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V

Lösungsorientierte systemische Beratung

In dieser einjährigen beruflichen Fortbildung lernen die TeilnehmerInnen in einer Mischung aus Theorie, praktischen Anwendungen und Fallbesprechungen, den systemischen lösungsorientierten Ansatz in der Beratertätigkeit kompetent einzusetzen. Beim systemischen Beratungsansatz liegt der Focus auf Ressourcen- und Lösungsorientierung. Durch die Berücksichtigung des Gesamtkontextes werden die Wechselwirkungen zwischen den beteiligten Personen (sei es die Familie, ein Team oder eine Organisation) transparent gemacht und durch entsprechende systemische Interventionen erste Lösungsansätze sichtbar, die wiederum neue Handlungsoptionen ermöglichen und somit eine Veränderung der Gesamtsituation herbeiführen. Neben den theoretischen Inhalten ist auch viel Raum für praktische Anwendungen, um die gelernten Methoden üben zu können, aber auch deren Wirkung bei sich selbst zu erfahren. Die TeilnehmerInnen haben die Gelegenheit eigene Fälle (z. B. aus ihrem Arbeitskontext) einzubringen und diese besprechen zu lassen.
Diese Fortbildung richtet sich an alle Personen, die bereits beratend tätig sind und ihr Methodenspektrum erweitern oder sich gezielt systemisch lösungsorientierte Beratungskompetenzen aneignen möchten. Bei Interesse übersenden wir Ihnen gern unser ausführliches Faltblatt.
Die Fortbildung findet in sechs Blöcken à 20 Unterrichtsstunden im Abstand von zwei Monaten statt.
Gudrun Woscholski ist Diplom-Sozialwissenschaftlerin, Kommunikationstrainerin und systemische Familientherapeutin.

Infoabend: **10. Dezember 2015,** 18 Uhr

22740S8
Gudrun Woscholski
Freitag, 17 – 21 Uhr, Samstag, 9 – 18 Uhr, Sonntag, 9 – 14 Uhr
12. – 14. Februar, 8. – 10. April, 10. – 12. Juni, 12. – 14. August, 21. – 23. Oktober, 9. – 11. Dezember 2016
Bildungsverein, Viktoriastraße 1
790 € (auch zahlbar in Raten, Ermäßigung ist nur in Ausnahmefällen möglich)

Einführung in das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP)

Das Neurolinguistische Programmieren (NLP), das in den 70er Jahren von dem Mathematiker Richard Bandler und dem Linguisten John Grinder entwickelt wurde, umfasst Methoden, die gewünschte Veränderungen in den Strukturen (Programmen) der Kommunikation, des Erlebens, Handelns und des Denkens ermöglicht und geht davon aus, dass jeder Mensch alle für eine Veränderung nötigen Fähigkeiten und Kräfte (Ressourcen) bereits in sich trägt. Um Veränderungen zu erreichen, bedarf es jedoch genauer Problembestimmungen und Zielvorstellungen. Wie Sie Ziele finden und bestimmen, wie Sie Ihre Ressourcen entdecken und einsetzen können, werden Sie in diesem Seminar mit Hilfe praktischer Übungen erproben.
Dabei werden Sie folgende Inhalte und Strategien des Neurolinguistischen Programmierens kennen lernen:

- Sinnessysteme
- Körpersignale, Augenbewegungs- und Sprachmuster (Repräsentationssysteme)
- Moment of Excellence, Zielbestimmung
- Umdeuten (Reframing)
- Hier ja, da nein (Kontextreframing) oder wahl weise Kritiker, Macher, Träumer (Walt-Disney-Modell)

Brita Floegel hat Philosophie, Germanistik und Kommunikationspsychologie studiert. Im Bereich des Neuolinguistischen Programmierens wurde sie an der University of California bei Robert Dilts und Richard Bandler ausgebildet und ist NLP-Lehrtrainerin (DVNLP)

22507S8
Brita Floegel
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.45 Uhr, 14 Ustd.
31. Oktober/1. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
Haus der VHS
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Selbstsicherer werden – Training sozialer Kompetenzen auf der Grundlage des Assertiveness-Training-Programms (ATP)

Das ATP ist ein Selbstsicherheitstraining, das in den siebziger Jahren am Max-Planck-Institut in München entwickelt wurde. Es zielt darauf ab, handlungsblockierende Ängste und Hemmungen zu überwinden. Wer schüchtern und gehemmt ist, tut sich in der Regel besonders schwer, sich Fehler zu erlauben und Kritik zu ertragen, Forderungen zu stellen, sich eigene Wünsche zuzugestehen und sie auch durchzusetzen, unberechtigte Bitten abzuschlagen (nein zu sagen mit einem neutralen Gefühl) und Kontakte herzustellen und zu halten.
Mit Hilfe dieses Trainingsprogramms erproben Sie neue soziale Verhaltensweisen und ändern Ihre Einstellung zu sich selbst, indem Sie sich in Rollenspielen vorgegebenen Alltagssituationen „aussetzen“. Die Übungen sind systematisch aufeinander aufgebaut und werden von Mal zu Mal etwas schwieriger – aber immer erst dann, wenn Sie die Situation davor erfolgreich bewältigt haben. Aus diesem Grund ist es auch erforderlich, dass Sie in der Woche zwischen den Kursterminen das in der Seminar-Situation erlernte Verhalten in Ihrem realen Alltag ausprobieren.
(Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden!)
Brita Floegel M.A. ist Kommunikations- und NLP-Lehrtrainerin.

22542S8
Brita Floegel
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.45 Uhr, 14 Ustd.
24./25. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

„Ein Single kommt selten allein!“ – Informative Gespräche, neue Kontakte und hilfreiche Tipps für das Single-Leben

Hier können Sie nette Menschen kennen lernen und sich mit ihnen über die Erfahrungen des Single-Leben austauschen: Mit Hilfe humorvoller Video-Spots (u. a. Anke Engelke, Loriot, von Hirschhausen) und Tipps aus der populärwissenschaftlichen Literatur diskutieren wir über folgende Themen:
1. „Singles zwischen Lust und Frust“
2. „Flirt, Kontakt und Zweisamkeit“
3. „Umgang mit schwierigen Situationen“
4. „Wohlsein, Glück und Lebenskunst“.

Der Dozent ist Soziologe und Sachbuchautor (z. B. „Wie unser Leben gelingt!“).
Dass der Spaß dabei nicht zu kurz kommt, versteht sich von selbst.
Torsten Reters ist Autor unterhaltsamer Sachbücher wie zum Beispiel. „Wie unsere Liebe gelingt“.

22727S8
Dr. Torsten Reters
Sonntag, 13 – 18 Uhr, 6 Ustd.
21. Februar 2016
Haus der VHS
27 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Kunst, Menschen kennenzulernen

Viele Menschen scheinen zu glauben, dass FreundInnen und LiebhaberInnen vom Schicksal oder Zufall beschert werden; dem ist nicht so! – Es ist durchaus möglich, aktiv und gezielt Menschen zu suchen, zu finden und ‚liebevoll-strategisch‘ kennenzulernen – und sich dann die gewünschten Beziehungen zu kreieren! – In diesem Seminar werden wir unsere eigenen bisherigen Einstellungen dazu überprüfen und unsere Wünsche und Vorstellungen und Gefühle sowie unser Kontakt- und Beziehungsverhalten erforschen – und Wege, Schritte und Strategien kennenlernen, mit denen wir die gewünschten Resultate erzielen können. Mit vielen Übungen, aspektzentrierten Klärungen, Strategie-Schritten und viel Spaß in der Gruppe werden wir uns nach dem Seminar offensiver und optimistischer darum kümmern können, genug gute Beziehungen zu haben. – Bitte Schreibzeug, lockere Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.
Cord Cordes ist Diplom-Pädagoge, Trainer und Coach.

22539S8
Cord Cordes
Samstag, 9 – 17 Uhr, 10 Ustd.
31. Oktober
Haus der VHS
34,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

In den Blicken des Gegenübers lesen

An der Blickrichtung Ihres Gegenübers können Sie erkennen, wie Ihr Gegenüber denkt.
Das ist keine Wahrsagerei sondern einfach eine NLP-Technik (Neuro - Linguistisches Programmieren), die durch Beobachtung der Augenbewegungsmuster dazu dient, sich in andere hinein zu versetzen.
Dieses Wissen hilft Ihnen
- ein Gespräch so zu führen, dass Ihr Anliegen auch beim Gegenüber ankommt.
- zu erkennen, ob Ihr Gesprächspartner gerade aufnahmebereit ist – so verhindern Sie Missverständnisse.
- eigene unbewusste gedankliche „Vorlieben“ zu erkennen und für sich zu nutzen.

Zusatzkosten für einen Reader in Höhe von 1 € werden vor Ort von der Dozentin erhoben.
Sandra Quedenbaum ist SozialpädagogIn, NLP- und iEMDR-Coach, MediatorIn, NLP LehrtrainerIn.

22550S8
Sandra Quedenbaum
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
4. November
Haus der VHS
15 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Kunst der Reflexion Erfolg geht nur authentisch

Die meisten Menschen werden in ihrer Erziehung nach fremden Wünschen und Bedürfnissen erzogen und lernen, teilweise ihr ganzes Leben lang, ihre eigenen zu unterdrücken oder erst gar nicht kennen. Dadurch leben sie ein Leben, das von Fremdsteuerung und unterdrücktem Wunschdenken beherrscht wird. Um wahrhaft glücklich zu sein, bedarf es der Wahrnehmung der eigenen, wahren Bedürfnisse und der Erlaubnis, diese zu erfüllen. Dies führt zu einem authentischen und erfolgreichen Leben, denn was für uns selbst, Erfolg bedeutet, können wir erst reell beurteilen, wenn wir unsere unbewussten Wünsche, in unser Leben zurückholen. Als Mittel, um dies zu erreichen, dient uns die Selbst-Reflexion.
Erfahren Sie, welche Faktoren für Bildung unserer Identität ausschlaggebend sind und wie die einzelnen Faktoren aufeinander wirken!
Lernen Sie ein Modell der Selbst-Reflexion kennen, mit dem jedes Ziel, Problem oder anderes wichtige Thema Ihres Lebens, auf Authentizität und Sinnhaftigkeit „spiegeln“ können.
Lernen Sie sich selbst, bewusst zu hinterfragen und die richtigen Entscheidungen, in Ihrem Leben zu treffen!
Lassen Sie sich von dem Konflikt-Coach, Schauspieler und Trainer Hans-Dieter Stier durch ein aufschluss- und selbsterfahrungsreiches Seminar führen! →

16757S8
Hans-Dieter Stier
Freitag 17.30 – 21.15 Uhr, 5 Ustd.
5. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
14,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Trau Dich endlich echt zu sein – Lebe deine Werte!

Je mehr wir es wagen nach unseren eigenen Wertmaßstäben zu leben, desto mehr gelten wir als echt, ehrlich und eigenständig. Übernehmen wir aber oft die Meinungen und Einstellungen von anderen Menschen, so vergessen wir mit der Zeit immer mehr, was uns im Leben wirklich wert und wichtig ist. Wer seine persönlichen Werte kennt, und sich stets daran orientiert, hat auch in Krisen und Konflikten eine sichere Entscheidungshilfe. Der Blick bleibt auch dann darauf gerichtet, was das Leben wertvoll macht. Authentische Menschen sind glücklicher! In diesem Seminar wird praktische Forschungsarbeit geleistet, damit Sie im Alltag einen Wertebaukasten für Problemlösungen verschiedenster Art zur Hand haben.
Frau Wötzel ist Wirtschaftscoach, Diplomierte Sozialpädagogin und Fachreferentin für psychische Gesundheit.

16749S8
Sonja Elisabeth Wötzel
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
6. Februar 2016
Haus der VHS
28 € + 3,50 Bearbeitungsentgelt

Kritik üben Kritik annehmen

Schwierige Situationen sind in unserem beruflichen und privaten Alltag unvermeidbar. Daher steht oft die Frage im Raum, spreche ich die Situation an oder lasse ich es lieber sein. Wer die Grundlagen der Kommunikation kennt, kann sich auch in heiklen Gesprächssituationen fair behaupten. Dieses Seminar richtet sich daher an alle, die lernen wollen, konstruktive Kritik zu geben und auch mit Kritik souveräner umzugehen. Ziel des Seminars ist, die schrittweise Erarbeitung von Methoden zur Durchführung eines konstruktiven Kritikgespräches.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

16751S8
Marisa D. Adenaw
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Std.
9. Januar 2016
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungentgelt

INTERKULTURELLE KOMPETENZ – XPERT CULTURE COMMUNICATION SKILLS ®

INTERKULTURELLES HANDELN IM BERUFLICHEN UND PRIVATEN ALLTAG

In der globalisierten Welt und in Zuwanderungsgesellschaften, im Privatleben wie im beruflichen Alltag ist die Begegnung von Menschen mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen und Werthaltungen alltäglich. Für ein produktives Miteinander ist daher ein bedarfsgerechtes und qualifiziertes Wissen zum Umgang mit kultureller Fremdheit unerlässlich. Über dieses Wissen hinaus sind spezifische Fähigkeiten bedeutend, die eine Sensibilität und Handlungskompetenz für interkulturelles Handeln entwickeln helfen.

Xpert Culture Communication Skills ® ist ein modular strukturiertes Lehrgangssystem.
Es richtet sich an Mitarbeitende z. B. in
- Verwaltung und Behörde
- Gesundheit und Pflege
- Wirtschaftsunternehmen
- Soziale Arbeit
- Kita, Schule und Erwachsenenbildung
- Beratungseinrichtungen

außerdem an
- Personalverantwortliche, Gleichstellungs- oder Diversitybeauftragte u. a.

sowie für die
- Vorbereitung auf Auslandseinsätze, High School-Jahr oder Aupair
- ehrenamtliche Arbeit in der Flüchtlingsbetreuung, Elternarbeit oder Sportverein
- Reflexion der eigenen Migrationsgeschichte

Jedes Modul kann mit einer europäisch anerkannten Prüfung abgeschlossen werden.
Die Lehrgangsleiterin Helga Barbara Gundlach ist u. a. Religionswissenschaftlerin und zertifizierte Xpert-Trainerin und Regionalbeauftragte für interkulturelle Kompetenz.

Die Fortbildung wird in Kooperation mit dem Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V. durchgeführt.

Informationen:
Birgit Robel Tel. 168-44703
Mathilde Wasmeier Tel. 168-44631
www.xpert-ccs.de

Modul Basic

Es behandelt an Beispielen aus konkreten Praxisfeldern grundlegende Themen des inter-kulturellen Lernens.Themen: eigene und fremde Kultur, Kulturgrammatik, Sprache und Kultur

43092R8
Helga Barbara Gundlach
Freitag, 16 – 21 Uhr, Samstag, 9 – 18 Uhr, 16 Ustd.
6./7. November
Haus der VHS
106 € + 50 € Prüfungsgebühr + 20 € Handbuch
(keine Ermäßigung möglich)

Modul Professional

Es fundiert die Kenntnisse in interkulturellen Themenfeldern.
Kultur und kulturelle Systeme, kulturelle Eigensensibilisierung, kulturelle Identität/Fremdheit, Wahrnehmung und Stereotyp, kulturelle Dimensionen, verbale/nonverbale Kommunikation im interkulturellen Kontext.
Voraussetzung für die Teilnahme ist das Zertifikat des Moduls Basic.

43093R8
Helga Barbara Gundlach
Freitag, 16 – 21 Uhr, Samstag, 9 – 18 Uhr, 16 Ustd.
4./5. Dezember
Haus der VHS
116 € + 50 € Prüfungsgebühr
(keine Ermäßigung möglich)

Modul Master

Es befähigt die Teilnehmenden, interkulturelles Wissen professionell einzusetzen und auf unterschiedliche Handlungsfelder zu transportieren.
Themen: Vertiefung der methodischen Arbeit in der interkulturellen Praxis, Vertiefungen der Themenfelder von Modul Professional.
Voraussetzung für die Teilnahme sind die Zertifikate der Module Basic und Professional.

43094R8
Helga Barbara Gundlach
Freitag, 15.30 – 21.15 Uhr, Samstag, 9 – 18 Uhr, Sonntag, 9 – 16.30 Uhr, 42 Ustd.
11./12. September, 9./10. Oktober, 8. November
Haus der VHS
304,50 € + 140 € Prüfungsgebühr
(keine Ermäßigung möglich)

Interkulturell kompetentes Handeln in Gesundheit und Pflege

Neben dem allgemeinen und umfassenden Lehrgang Xpert Culture Communication Skills® gibt es ein nun zusätzlich ein spezielles Modul, das sich ausschließlich an Mitarbeitende in dem Bereich Gesundheit und (Alten-)Pflege wendet.
Sowohl auf Patienten- wie auf Personalseite nimmt die kulturelle Vielfalt deutlich zu, sodass kulturell bedingte Missverständnisse und Konflikte immer häufiger auftreten können.
Auf Konflikte dieser Art sind viele Fachkräfte in der Regel nicht vorbereitet – die kultursensible medizinische/pflegerische Versorgung spielt in der Ausbildung bislang keine nennenswerte Rolle.
Das bundesweit standardisierte Qualifizierungsangebot schließt diese Lücke. Fortbildung und begleitendes Praxislehrbuch bieten einen fundierten Einstieg in die interkulturell kompetente Arbeit von Fachkräften in diesem Bereich.
Wissenschaftlich fundiert und nah an der Praxis – das Seminar basiert auf aktuellen Theorien der interkulturellen Forschung. Behandelt werden grundlegende Themen wie „Was ist Kultur? Bedeutung von Kommunikation, Kulturelle Filter, Arbeit mit Kulturkategorien“ anhand von konkreten Situationen aus dem beruflichen Alltag wie

- Entstehung von Krankheiten
- Verständnis und Beschreibung von Krankheit
- Umgang mit Erkrankten/Pflegebedürftigen
- Schmerzäußerungen
- Tabuvorstellungen
- Verhältnis Arzt/in – med./pflegerisches Personal – Patient/in
- Rolle der Familie/Angehörigen

Die Teilnehmer/-innen lernen, ihre eigenen kulturellen Prägungen zu erkennen, sie zu reflektieren und interkulturelle Konfliktsituationen zu meistern. Sie erhalten so das Handwerkszeug, um kultureller Vielfalt in ihrem Arbeitsalltag kompetenter und souveräner begegnen zu können.
Das Seminar schließt mit einer Prüfung ab.

43095R8
Helga Barbara Gundlach
Donnerstag, 8.30 – 16 Uhr, 16 Ustd.
7. und 21. Januar 2016
Haus der VHS
116 € + 50 € Prüfungsgebühr
+ 12 € TN-Handbuch (keine Ermäßigung möglich)

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Evelyn Schmidt
SPRECHSTUNDEN nach Vereinbarung
TEL 168-42076
ORT Haus der VHS, Raum 232, 2. Etage
E-MAIL evelyn.schmidt@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Martina Zwickert-Cetin
TEL 168-43918
ORT Haus der VHS, Raum 210, 2. Etage
E-MAIL
martina.zwickert-cetin@hannover-stadt.de

RHETORIK UND KOMMUNIKATION

Atem und Stimme

Kennen Sie das auch? Sie werden nicht verstanden, weil Sie zu leise oder zu undeutlich sprechen oder vor Aufregung kein vernünftiges Wort herausbekommen? In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Stimme zur tragfähigen, belastbaren Sprechstimme zu entwickeln; Störungen und Sprechhemmungen werden abgebaut. Durch Laut-, Atem- und Bewegungsübungen erlernen Sie neue Atem- und Sprechmuster. Die so erlernten „Techniken“ werden Sie in der Gruppe in verschiedenen Sprechsituationen anwenden und erproben. Aber: Hierbei geht es nicht in erster Linie um den inhaltlichen Aufbau Ihrer Rede, sondern darum, Ihre Stimme und Atmung zu verbessern.
Nerissa Rothhardt ist diplomierte Musikerin, Kulturmanagerin und war langjährige künstlerische Mitarbeiterin an der Staatsoper Stuttgart und Hannover.
25 Jahre Bühnenerfahrung fließen in ihre Arbeit als Rhetoriktrainerin ein.

86750S8
Nerissa Rothhardt
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 16 Ustd.
6./7. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Stimme befreien

Unsere Stimme kann klein sein, leise, monoton, belegt, empfindlich oder rau. Sprechen ann anstrengend sein. Wir werden unsere Stimmen wachsen stärken und ihren Klang voller werden lassen. Sprechen uns auch lauter werden wird mühelos, leicht und genussvoll. Durch Atem-, Stimm- und Bewegungsübungen (Shlaffhorst-Andersen und Linklater) öffnen wir unsere Körper-Resonanzräume und geben unseren Stimmen Raum, Klang und Volumen. Persönlichkeit und Stimmung, Atem und Körperspannung spiegeln sich im Klang unserer Stimme wieder. Wir spielen und forschen mit diesen Zusammenhängen, um Person und Stimme wachsen zu lassen.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ausreichend Wasser mitbringen.
Birgit Kramer ist Soziologin und Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin nach Schlaffhorst-Andersen.

86752S8
Birgit Kramer
Freitag, 17 – 21 Uhr,
Samstag, 11 – 17 Uhr, 12 Ustd.
8./9. April 2016
Haus der VHS
54 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Hören Sie auch gern Geschichten und möchten auch mal spannend und stimmungsvoll vorlesen? Dann sind Sie hier richtig!

Möchten Sie gerne so vorlesen, dass es nicht leiert wie in der Schule früher? Kratzt Ihr Hals jedes Mal nach einer Viertelstunde oder werden Sie während des Lesens kurzatmig und hektisch? Sie sind nicht allein!
Es lohnt sich sehr, auf diese grundsätzlichen Dinge zu sehen und Neues über Atmung, Haltung, Stimme und Ausdruck zu lernen.
Sie werden begeistert von sich sein. Sie werden Ihre ZuhörerInnen mit Ihrer Stimme einfangen und sie Raum und Zeit vergessen lassen.
Praktische Übungen aus dem Stimmtraining, zur Artikulation, Resonanz und dem Eigenton werden ergänzt mit theaterpädagogischen Elementen, um den Ausdruck zu erweitern. Sie werden darüber hinaus Atemübungen und Aufwärmübungen für Ihre Stimme kennenlernen und mit den gelernten Techniken an (vorhandenen oder mitgebrachten) Texten aus der Kinder- und Jugendliteratur arbeiten.
Nerissa Rothhardt ist diplomierte Musikerin, Kulturmanagerin und war langjährige künstlerische Mitarbeiterin an der Staatsoper Stuttgart und Hannover.
25 Jahre Bühnenerfahrung fließen in ihre Arbeit als Rhetoriktrainerin ein. →

16550S8
Nerissa Rothhardt
Samstag und Sonntag, 9.30 – 16 Uhr, 16 Ustd.
28./29. November
Haus der VHS
60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wenn Worte zur Waffe werden

So manch einer ist schon einmal in der Situation gewesen, auf einen verbalen Angriff nicht reagieren zu können, weil er/sie schlicht sprachlos war. Mobbing, Verleumdung oder schlimmstenfalls sogar Rufmord können jedem im Privat- oder Berufsleben begegnen und überfordern. Wie reagiere ich auf eine solche Attacke? Wie setze ich mich zur Wehr ohne meinerseits aggressiv oder niveaulos zu werden?
In diesem Seminar sollen geeignete Strategien ausgearbeitet werden um deeskalierend und wirkungsvoll auf jeden verbalen Angriff reagieren zu können.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

16547S8
Marisa Denise Adenaw
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
17. Oktober
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Rhetorik und Dialektik – die Kunst zu reden und zu überzeugen

Die eigene Sicht der Dinge in einem Dialog zu vermitteln fällt nicht immer leicht. Denn durch reden allein verschafft man sich nicht immer auch Gehör oder stößt auf Ablehnung. Durch die Anwendung grundlegender rhetorischer Stilmittel und dialektischer Methoden können Sie Ihre Meinung überzeugend vertreten und Ihren Erfolg bei Verhandlungen, Reden, Gesprächen und Diskussionen steigern.
Dieses Seminar richtet sich an alle, die lernen wollen, sich durch faire Rhetorik zu behaupten und mit Ihrem Standpunkt zu überzeugen.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

16746S8
Marisa Denise Adenaw
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
23. Januar 2016
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Gesunde Kommunikation beginnt im Körper

Um gesund zu bleiben oder zu werden greifen viele auf vermeidlich wirksame Arzneien zurück. Doch reicht das? Und hilft das tatsächlich immer? Mindestens genauso wichtig sind eine gesunde Beziehung zum eigenen Körper und das Bewusstsein über den Umgang mit mir selbst und meinen Mitmenschen.
In diesem Seminar wird analysiert, wie sich positive und negative Kommunikation auf Körper und Seele auswirken kann und wie dadurch ein bewussterer Umgang mit sich selbst und anderen erreicht werden kann.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

16748S8
Marisa Denise Adenaw
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
20. Februar 2016
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Beim nächsten Mal sag ich aber was – schwierige Gesprächssituationen im Alltag

Oft sind wir sprachlos und erst hinterher fällt uns ein, was wir hätten sagen können. Oder wir gehen einem klärenden Gespräch aus dem Weg und schieben es immer wieder auf. Schwierige Gespräche zum Nutzen „beider Seiten" zu führen, ist eine Kunst, die man lernen kann. Sie ist besonders gefragt in Konfliktsituationen. Aber auch mit schlecht gelaunten Vorgesetzten, zeitknappen ÄrztInnen, nörgelnden PartnerInnen und aufdringlichen Verwandten angemessen zu reden, ist oft nicht einfach. Da von dem Erfolg solcher Gespräche vor allem das eigene Wohlbefinden abhängt, haben sie für uns weit reichende Bedeutung. An diesem Wochenende werden Sie Strategien der Gesprächsführung kennen lernen, die es Ihnen erleichtern, Meinungsverschiedenheiten klar zu benennen, eigene Interessen zu vertreten, konstruktiv Kritik zu üben, berechtigte Forderungen, Erwartungen und Wünsche unmissverständlich mitzuteilen und bei alledem der Gesprächs-partnerInnen mit akzeptierender Wertschätzung zu begegnen.
Brita Floegel hat nach einem Philosophie-Studium Kommunikationspsychologie bei Schulz von Thun in Hamburg studiert und ist NLP-Lehrtrainerin.

16759S8
Brita Floegel
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.45 Uhr, 14 Ustd.
17./18. Januar 2016
Haus der VHS
63 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Einführungsseminar in die Gewalt-freie, Einfühlsame Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Wie es uns gelingen kann, um uns, in uns, ja weltweit wieder zu mehr Ruhe und Frieden zu gelangen, in eine wertschätzende Sprache, die wohltut, gerade auch durch seine Natürlichkeit und Selbstverständlichkeit. Die Gewalt-freie und Einfühlsame Kommunikation führt uns in ein neues Bewusstsein, bei der die Achtung des freien Willens an erster Stelle steht, ebenso ein Wachsen im Übernehmen von größerer Eigenverantwortung. Marshall Rosenberg bietet Ihnen dazu vier Schritte an, die auf den ersten Blick als leicht erscheinen. Doch da wir in der Regel von Kleinkind an gelernt und an uns erfahren haben, alles zu bewerten, zu beurteilen, bzw. zu verurteilen und schnell mit unseren Strategien bei der Hand sind, ohne uns in tiefere Prozesse einzulassen, kommt es schnell zu Streit, d.h. Krieg, zu Missverständnissen, zu Rechthaberei. Wir haben verlernt danach zu fragen, was wir oder der andere eigentlich brauchen, bzw. braucht. Im Seminar wollen wir durch Üben an unseren eigenen Beispielen neue Wege aus unseren Konflikten heraus erfahren.
Frau Kirstein-Mätzold ist Trainerin für Gewaltfreie, Einfühlsame Kommunikation

16711S1
Lieselotte Kirstein-Mätzold
Freitag, 19 – 21.30 Uhr, Samstag 9 – 16.30 Uhr, Sonntag, 9 – 12.15 Uhr, 16 Ustd.
22. – 24. Januar 2016
Haus der VHS
48 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Sprache ist eine strenge Dame Wie Kommunikation gelingt

In der Kommunikation ist es nicht nur wichtig, was man sagt, sondern auch wie man es sagt. Die Sprache ist Ausdruck von Bedürfnissen und Gefühlen. Gerade das führt oft zu Missverständnissen und Konflikten. Es geht um Verstehen und Verstanden werden. Hierbei helfen deutliche Formulierungen, verbindliche Aussagen und sprachlicher Ausdruck.
Wenn Sie in Zukunft noch mehr Selbstsicherheit für die Aufnahme und Pflege von Kontakten benötigen und auf Worthülsen, Langatmigkeit und Phrasen verzichten wollen, dann lernen Sie Klartext zu sprechen.
Sag, was Du meinst – und Du bekommst, was Du brauchst!
Frau Wötzel ist Wirtschaftscoach, Diplomierte Sozialpädagogin und Fachreferentin für psychische Gesundheit.

→

16709S8
Sonja Elisabeth Wötzel
Samstag 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
16. Januar 2016
Haus der VHS
28 € + 3,50 Bearbeitungsentgelt

Generationentalk

Wenn die eigenen Eltern älter werden, verändert sich viel in der Kommunikation zwischen den Generationen. Die Rollen fangen an sich umzukehren. Es beginnt eine schwierige Übergangsphase in der alle Beteiligten wie auf rohen Eiern gehen. Alle haben das Gefühl ungerecht behandelt und falsch gesehen zu werden. Missverständnisse, Ungeduld, Ansprüche, Schuldzuweisungen, Verletzungen, Über- und Unterforderung, Macht und Ohnmacht und auch Angst übernehmen die heimliche Regentschaft. Dieses Seminar beschäftigt sich mit den Veränderungsprozessen und ermöglicht, diesen mit mehr Gelassenheit entgegen zu gehen.
Eva Schumacher arbeitet als Coach und Trainerin.

16754S8
Eva Schumacher
Sonntag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
21. Februar 2016
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Klug sein im Konflikt Konflikte erkennen – verstehen – verändern

In unserem Tagesseminar lernen Sie durch praktische Übungen das eigene Konfliktverhalten besser kennen. Wir zeigen Ihnen Methoden, damit Sie Konfliktgespräche zukünftig leichter und zielgerichteter führen können. In Kleingruppen können Sie das Erlernte praxisnah ausprobieren. Neben den hauptsächlich praxisbezogenen Anteilen, erhalten Sie auch die notwendige theoretische Information.
Wir, Katrin Deiters-Winkler und Jörg Willems sind ausgebildete Mediatoren und verfügen über langjährige berufliche Erfahrungen in den Bereichen behördlicher Sozialarbeit und der EDV.

16712S8
Katrin Deiters-Winkler
Jörg Willems
Samstag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
23. Januar 2016
Haus der VHS
27,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Erfolgreich kommunizieren und auftreten

Der Erfolg eines Auftritts, eines Bewerbungs- oder Verkaufsgesprächs entscheidet sich oft in den ersten Minuten. Selbstbewusste Körperhaltung, sichere Stimmführung und ruhiger Atem sind die Signale einer selbstbewussten Persönlichkeit. Diese Schlüsselkompetenzen üben wir mit Techniken des Rhetoriktrainings, der schauspielerischen Arbeit und verschiedenen Kommunikationsmethoden. Ihre individuelle Ausdruckstärke, Ihre Wahrnehmungsfähigkeit und Selbstsicherheit stehen im Mittelpunkt – und auch der gemeinsame Spaß wird nicht zu kurz kommen.
Nerissa Rothhardt ist diplomierte Musikerin, Kulturmanagerin und war langjährige künstlerische Mitarbeiterin an der Staatsoper Stuttgart und Hannover. 25 Jahre Bühnenerfahrung fließen in Ihre Arbeit als Rhetoriktrainerin.

16562S8
Nerissa Rothhardt
Freitag, 18.15 – 21.30 Uhr, Samstag, 10 – 18 Uhr, Sonntag, 10 – 17 Uhr, 20 Ustd.
13. – 15. November
Haus der VHS
90 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Körpersprache 3.0 – Mimik und Gestik besser verstehen

Sind Sie sich Ihrer körpersprachlichen Wirkung auf andere vollbewusst? Oder läuft Ihr Körper „irgendwie“ mit, wenn Sie mit Ihrem Gegenüber kommunizieren? Kongruente Körpersprache erhöht Präsenz und Ausdruckskraft. Sie unterstreicht das gesprochene Wort und bewirkt, dass das Gesagte im Gedächtnis bleibt und die Botschaft „rüberkommt“. Grund genug, den Zusammenhang von Körper und Sprache in Theorie und Praxis zu erforschen.
Der Subtext des Körpers, Gestik, Mimik und die Tonalität des gesprochenen Wortes sind für unsere Kommunikation bedeutsam. All dies wird unbewusst wahrgenommen und bewertet, meist unbewusst, aber im Normalfall treffsicher und entscheidungsrelevant. Erkunden Sie spielerisch die Möglichkeiten, bewusst mit dem ganzen Körper zu sprechen. Lernen Sie sich selbst besser kennen und verstehen Sie andere besser – auf allen Ebenen.
→
Inhalt:
- Körpersprache 1.0: deutender Ansatz (kollektiver Ausdruck)
- Körpersprache 2.0: kalibrierender Ansatz (individueller Ausdruck)
- Körpersprache 3.0: Mikromimik (Emotionen sehen, „Gedanken lesen”)
- Selbst- und Fremdbild, Signale und Feedback
- Emotion und Mitgefühl: Spiegelneuronen
- Augenzugangshinweise und Wahrnehmungskanäle (NLP)
- Kulturelle und geschlechtliche Unterschiede

Ulrich Fischer lebt in Berlin und arbeitet bundesweit als NLP Trainer und Coach.

16761S8
Ulrich Fischer
Freitag, 18 – 21 Uhr,
Samstag und. Sonntag, 9 – 16 Uhr, 20 Ustd.
12. – 14. Februar 2016
Haus der VHS
76 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Positiver Umgang mit Hochsensibilität

Wird es Ihnen häufig zu viel, und sie ziehen sich zurück? Leben Sie in einer starken Gefühlswelt, die Sie manchmal überrollt?
Sind Sie anfällig für Stimmungen anderer, nehmen sich Sachen sehr zu Herzen und haben ein Gespür für Hintergründe und Gefühle anderer? Empfinden Sie Lärm, Gerüche, grelles Licht und unbequeme (z. B. kratzende Etiketten) Kleidung als sehr unangenehm?
Dann könnte es sein, dass Sie hochsensibel sind. Zwei von zehn Menschen sind hochsensibel. Die meisten wissen es nicht und haben häufig sogar das Gefühl anders oder falsch zu sein. Dabei ist Hochsensibilität eine wertvolle Gabe. Durch das bewusste Umgehen mit der Hochsensibilität können Sie Ihr Leben bunter, harmonischer und selbstbewusster gestalten. Die Trainerin, kennt die Herausforderungen und Möglichkeiten, die eine Hochsensibilität mit sich bringt. Als langjähriger Coach unterstützt sie Menschen, ihre hochsensible Seite zu erkennen, nutzen und lieben zu lernen. Für ein selbstbestimmtes Leben!
Zusatzkosten für einen Reader in Höhe von 1,50 € sind in der Kursgebühr enthalten.
Sandra Quedenbaum ist Sozialpädagogin, NLP- und iEMDR-Coach, Mediatorin, NLP Lehrtrainerin.

22532S8
Sandra Quedenbaum
Donnerstag, 18 – 21-15 Uhr, 4 Ustd.
12. November
Haus der VHS
16,50 € + 3,50 Bearbeitungsentgelt

Die Problemtrance stoppen

Wer kennt das nicht – ein Konflikt – eine bestimmte Situation – ein bevorstehendes Ereignis, das uns unangenehm ist – und unsere Gedanken kreisen nur um dieses Thema. So stark, dass wir uns manchmal wie gelähmt fühlen und keinen klaren Gedanken mehr fassen können. Dieser Zustand nennt sich Problemtrance.
In diesem Seminar lernen Sie unterschiedliche Techniken, um diese Gedankenspirale zu unterbrechen.
So können Sie:
- anstrengende Gedanken stoppen und Ihre Kräfte für Lösungsmöglichkeiten nutzen.
- sich eine gedankliche (emotionale) „Auszeit“ gönnen
- im inneren Durcheinander innehalten und Ihre Gedanken wieder strukturieren – für Klarheit im Kopf und Herzen

Sandra Quedenbaum ist Sozialpädagogin, NLP- und iEMDR-Coach, Mediatorin, NLP Lehrtrainerin.

22530S8
Sandra Quedenbaum
Donnerstag, 18 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
26. November
Haus der VHS
16,50 € + 3,50 Bearbeitungsentgelt

Stressbewältigung in Konfliktsituationen

Bei Menschen ist der psychosoziale Konflikt die wichtigste und häufigste Ursache für die Aktivierung der Stressreaktion. Besonders betroffen sind Menschen mit einem unzureichenden Repertoire an Stress- und Konfliktbewältigungsstrategien.
Glücklicherweise ist Verhalten jedoch veränderbar, wenn das auch häufig mit viel Training und der Bereitschaft verbunden ist, etwas Neues zu probieren.
Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, Stress auf den Punkt zu bewältigten, indem wir uns so konditionieren, dass wir lernen, spontan zu entspannen. Dafür nutzen wir diejenigen Prozesse, die im üblichen Leben permanent praktiziert werden, indem wir unsere Aufmerksamkeit von der belastenden Situation weg, hin zu einem angenehmen Erleben lenken.
Inhalte des Kurses:
- Definition Stress
- Was genau ist eine Stressreaktion? Wodurch wird sie ausgelöst?
- Möglichkeiten der Stressbewältigung
- Worum geht es in Konflikten, die als Stressoren wirken?
- Vorstellung von Konfliktmodellen
- Der Konflikt als Entwicklungschance
- Der Umgang mit Konflikten
- Gestörte Kommunikation als Auslöser von Konflikten

Frau Doettboom ist Systemischer Coach. →

→

22503S8

Petra Doettboom
Samstag, 9 – 16 Uhr, 8 Ustd.
21. November
Haus der VHS
23,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

„Showtime!“ Erfolgreiche SelbstPräsentation

Ob im Beruf, in Beziehungen, im Verein oder in der Öffentlichkeit, überall ist es wichtig, wie und was ich darstelle und wie ich bin! In diesem spannenden Seminar werden wir einerseits erforschen, was wir sein und darstellen wollen und andererseits genau das spielerisch ausprobieren und trainieren. Mit Klärungsarbeit, Ausgestaltung, Rollenspiel, innerem Dialog und kleinen „Auftritten“ im Seminar können wir für unsere Selbsterkenntnis, Selbst-bewusstheit, Echtheit und unsere Ausstrahlung spielerisch profitieren.
Bitte lockere Kleidung, eine Wolldecke und Schreibzeug mitbringen.
Cord Cordes ist Diplom-Pädagoge, Trainer und Coach.

22710S8

Cord Cordes
Samstag, 9 – 17 Uhr, 10 Ustd.
13. Februar 2016
Haus der VHS
34,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

PSYCHOLOGIE

Aufstellungen, die das Leben verändern Leichte Wege zu einem gut gelebten Leben

Im Laufe der Zeit haben sich die Aufstellungsmethoden zu allen Lebens- und Familienthemen weiter verfeinert. So ist es heute möglich und auch empfehlenswert, über diese neuen Methoden Lösungswege zu finden, ohne in die Probleme hineinzugehen. Leichte Wege sind gleichermaßen effektiv und lebenswirksam.
Jeder Mensch trägt bereits das nötige Potential und das Wissen in sich, das er zu einem gut gelebten Leben benötigt, auch wenn es nicht bewusst ist. In diesen Aufstellungen geht es darum, dieses sichtbar, erlebbar und fühlbar werden zu lassen. Diese neuen Erfahrungen leiten eine Neugestaltung des bisherigen Lebensweges ein und führen zur intensiveren Verbindung zu sich selber und zu anderen.
Lucie Philipp-Eger ist Gestalttherapeutin, Integralis-Beraterin, Ausbildung in Integraler Aufstellungs- und Körperarbeit, Gewaltfreier Kommunikation →

→

22508S8

Lucie Philipp-Eger
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
31. Oktober
Haus der VHS
23,20 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kränkung – Ursache, Wirkung und richtiger Umgang

Kränkungen gehören zu unserem Leben. Kein Mensch entgeht ihnen. Die Verletzungen gehen oft tief und bestimmen lange unser Leben, unsere Entscheidungen und manchmal sogar unsere Gesundheit. Viele Kränkungen, die wir empfinden, sind aber in Wirklichkeit keine. In den meisten Fällen machen wir Gesagtes und Handlungen anderer erst selbst zu einer Kränkung. Mit anderen Worten: In den meisten Fällen kränken wir uns selbst. Wenn wir uns selbst erst einmal auf die Schliche gekommen sind, entlastet dies von einem großen Prozentsatz erfahrener oder erfahren geglaubter Verletzungen. Auch den wirklichen Kränkungen können wir begegnen. Das Seminar soll helfen, herauszufinden, warum eine Kränkung eine Kränkung ist, wie das Kränken und das Gekränkt-Sein funktioniert und wie man der verletzten Seele wieder aufhilft.
Eva Schumacher arbeitet als Coach und Trainerin.

22706S8

Eva Schumacher
Sonntag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
17. Januar 2016
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Loslassen – mit Zuversicht nach vorne schauen Wenn nicht jetzt – wann dann?

In diesem Seminar wird eine „Bestandsaufnahme“ versucht.
Die deutlichere Wahrnehmung von Zielen und inneren Wegweisern helfen Ihnen, dem eigenen Lebensweg näher zu kommen. Nach Herausarbeitung Ihres individuellen gegenwärtigen inneren Standortes im Leben, geht es um Lösungsschritte, wie Sie sich von noch anhängendem seelischem Ballast befreien. Vorrangig ist die Aussöhnung mit der Vergangenheit, mit der Familie und mit sich selber. Mit positiver Sichtweise und neuen Perspektiven erlangen wir eine andere Bewusstheit von dem, was die vor uns liegende Lebensphase bieten kann. →

→ Die sich hieraus entwickelnde Kraft und Energie wird uns ermutigen, neue Wege einzuschlagen und dem Leben so eine ungeahnte Qualität zu verleihen.
„Der Weg schiebt sich dem Gehenden unter die Füße.” (chin.Weisheit)
Frau Tiedemann-Ziem ist Diplom-Psychologin und Lehrerin an Schulen im In- und Ausland.

22501S8

Susanne Tiedemann-Ziem
Freitag 18 – 21 Uhr, 3 Ustd.
6. November
Haus der VHS
11,40 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Was hinter der Fülle steckt – psychologische Aspekte von Übergewicht und Suchtverhalten

Haben Sie den Eindruck, dass Sie öfters „etwas in sich hineinfressen“ oder sich „von Ihrer Arbeit auffressen“ lassen? „Geht die Liebe durch den Magen“ bei Ihnen, sammeln Sie „Kummerspeck“ an oder ist häufig „runter schlucken“ angesagt? Haben verschiedene Diätversuche zwar zu Gewichtsverlusten geführt, es war aber nur eine ein Frage der Zeit, bis die Pfunde wieder drauf waren und meist noch ein paar Kilos dazu? Finden Sie es an der Zeit, diesem „Teufelskreis“ mal auf die Spur zu kommen? Wollen Sie Verständnis entwickeln für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Übergewicht und anderen „Füll-Programmen“?
In diesem Seminar geht es n i c h t um Tipps zum Essverhalten oder gesunde Ernährung, sondern um die Frage der Fragen: Worum geht es tatsächlich? Was ist es, was mich nicht „Nein“ sagen oder konsequent sein lässt? Wozu dient der „Schutzwall“ mit dem ich mich umgebe?
Geben Sie der Veränderung eine Chance – alle Dinge sind schwer, bevor sie leicht werden.
Frau Tiedemann-Ziem ist Diplom-Psychologin.

22705S8

Susanne Tiedemann-Ziem
Donnerstag, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
28. Januar 2016
Haus der VHS
11,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wieviel Vater braucht der Sohn?

Seit Jahrzehnten wächst die Anzahl der Kinder, die ohne Vater groß werden. Bedingt durch den Krieg und seine Folgen hat oft schon in der Familie der Eltern der Mann gefehlt. Hinzu kommt eine immer größer werdende Anzahl von Frauen, die gewollt als alleinerziehendes Elternteil mit ihren Kindern in unserer Gesellschaft leben.
Neuere Studien kommen zu dem Schluss, dass es einen klaren Zusammenhang von Vaterpräsenz und gesunder Entwicklung – besonders bei Söhnen – gibt. Ein fehlendes männliches Rollenbild verursacht dauerhafte Prägungen und Verhaltensweisen, die von den Betroffenen oft nicht wahrgenommen werden, wohl aber von Partnerinnen und Kindern. Das Seminar bietet Ansätze, in Gespräch und Selbstreflektion zu einem veränderten Blick auf den Vater und sich selbst und zu einer möglichen – sei es bei Sohn oder Mutter – Einstellungs- und Verhaltensänderung zu gelangen.
Frau Tiedemann-Ziem ist Diplom-Psychologin.

22709S8
Susanne Tiedemann-Ziem
Freitag, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
29. Januar 2016
Haus der VHS
11,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Geschwister – und andere familiäre Beziehungen

Die Geschwisterbeziehung ist die längste Beziehung unseres Lebens. Ein spannendes Thema, dem zu wenig Beachtung geschenkt wird. Im geschwisterlichen Miteinander üben wir u. a. Verhalten für unser späteres Leben, sei es Zusammenarbeit, Verantwortung Rücksicht, Konfliktbewältigung. Die Geschwisterrolle in der Familie hat weitreichende Auswirkungen auf unser späteres Leben. Der Umgang mit den eigenen Kindern wird durch die eigene Geschwisterkonstellation entscheidend beeinflusst. Was sind die Ursachen für die Entwicklung negativer Gefühle in der Geschwisterbeziehung?
Wie ist Versöhnung möglich? Ein anschaulicher Vortrag und der anschließende Austausch im Gespräch sollen Anregung zum Hinterfragen eigener Erfahrungen geben, anderes Verständnis schaffen und zu Einsichten führen, die Brüder/Schwestern in neuem (positiven) Licht erscheinen lassen.
Frau Tiedemann-Ziem ist Diplom-Psychologin und Lehrerin an Schulen im In- und Ausland.

→

→

22749S8
Susanne Tiedemann-Ziem
Donnerstag, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
14. Januar 2016
Haus der VHS
11,40 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kurzseminar

Einführung in Systemische Organisations- und Familienaufstellungen

Viele unserer heutigen Schwierigkeiten finden sich in beruflichen und privaten Situationen statt. Oft sind körperliche und seelische Erkrankungen, wie Stress, Suchtverhalten, Scheidungen etc. die Folge. Wie wir zueinander u. a. in Ehe und Partnerschaft, Familie, Beruf, zu den Geschehnissen in unserer eigenen Vergangenheit und zu uns selber stehen, so sind unsere Beziehungen.

- Wie können wir in privaten und beruflichen Alltagssituationen das eigene Selbstwertgefühl stärken?
- Mehr Nähe in der Paar-Beziehung finden?
- Entspannte Stimmung in Familie und Arbeitsplatz schaffen?
- in Konflikten klarer sehen?
- im Chaos Ordnung schaffen?
- nicht passende Chemie überwinden?

Zunächst wird die Aufstellungsarbeit im Allgemeinen erklärt; anschließend den TeilnehmerInnen Gelegenheit gegeben, persönliche Erfahrungen zu machen.
Frau Tiedemann-Ziem ist Diplom-Psychologin und Lehrerin an Schulen im In- und Ausland.

22753S8
Susanne Tiedemann-Ziem
Samstag, 10 – 14 Uhr, 5 Ustd.
16. Januar 2016
Haus der VHS
18,75 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Selbst-Erfahrungs-Kurz-Seminar

Ich möchte Dich besser verstehen – Neue Perspektiven in der Partnerschaft

Als Paar miteinander zu leben, kann faszinierend sein. Manchmal jedoch empfinden wir unser Zusammenleben als anstrengend: „Ist das noch der Mann/die Frau mit der ich einmal mein ganzes Leben teilen wollte?“
Welche Einflüsse bringt der Partner aus seiner Herkunftsfamilie mit und welche Wirkungen haben sie auf die Paarbeziehung?
Welche Ereignisse im Leben eines Paares gestalten sich als belastend und oftmals trennend?
Positive Kommunikation und die Erfahrung der „Gleichwertigkeit“ in der Beziehung von Mann und Frau sind Bedingungen für das Gelingen einer Partnerschaft.
Impuls-Vortrag und Austausch im Gespräch sollen Ihnen Anregung geben, den Blickwinkel zu verändern, als ersten Schritt, neue Vorstellungen zu entwickeln.
Frau Tiedemann-Ziem ist Diplom-Psychologin und Lehrerin an Schulen im In-und Ausland.

22500S8
Susanne Tiedemann-Ziem
Donnerstag, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
5. November
Haus der VHS
11,40 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Am Anfang war die Erziehung Segen und Fluch der frühen Elternbotschaften

Im Laufe unseres Lebens sind viele Dinge, die wir tun und denken, zu einer Gewohnheit geworden. Dies nennt man Verhaltens- und Denkmuster. Diese Muster stammen zu 90 % aus unserer frühkindlichen Erziehung und sind nicht immer fördernd für unsere reflektierte Entwicklung im Leben. Erkennen Sie, welche Elternbotschaften zu festen Mustern in Ihrem Leben geworden sind und welche entwicklungsfördernd in Ihnen wirken und welche Sie fremdsteuern und eine authentische Lebensführung gefährden!
Hans Stier ist Schauspieler und Coach, der heute hauptberuflich als Coach für Angst-und Blockadenlösung tätig ist.

22716S8
Hans-Dieter Stier
Samstag, 10 – 15.30 Uhr, 7 Ustd.
15. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20,30 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wenn die Wut Dir Ärger macht. Wie Sie belastende Gefühle besser in den Griff bekommen.

Bei manchen Menschen vergeht kaum ein Tag ohne sich zu ärgern. Wut und Ärger führen zu Konflikten im Berufsalltag und zu Auseinandersetzungen in der Familie. Bluthochdruck, Magen-, und Herzerkrankungen sind häufig Folgen von unterdrückter Wut. Wer sich oft ärgert neigt meistens auch an Selbstzweifeln, oder leidet unter starken Ängsten. Erst wenn Sie wissen was der Grund für Ihre Wut ist, können Sie Ihre Gefühle besser in den Griff bekommen!
Frau Wötzel ist Wirtschaftscoach, Diplomierte Sozialpädagogin und Fachreferentin für psychische Gesundheit.

22511S8
Sonja Elisabeth Wötzel
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
17. Oktober
Haus der VHS
28 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Gut ist gut genug? Perfekt sein um jeden Preis?

Immer mehr Menschen geraten heutzutage in die Falle der Perfektion. Sie stellen sowohl hohe Ansprüche an sich selbst, als auch und an Andere. Auftritt und Outfit müssen jederzeit korrekt sein. Mängel werden nicht geduldet. Immer bleibt ein Gefühl der Unzulänglichkeit. Perfektionsansprüche können auch die Ursache von Stress und Einsamkeit sein. Aber erst durch Fehler, Natürlichkeit und Spontanität wird eine Person sympathisch und unverwechselbar. Perfektion ist deshalb meistens unnötig, oder sogar hinderlich. Gut ist gut genug!
Frau Wötzel ist Wirtschaftscoach, Diplomierte Sozialpädagogin und Fachreferentin für psychische Gesundheit.

22512S8
Sonja Elisabeth Wötzel
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
12. Dezember
Haus der VHS
28 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Evelyn Schmidt
SPRECHSTUNDEN nach Vereinbarung
TEL 168-42076
ORT Haus der VHS, Raum 232, 2. Etage
E-MAIL evelyn.schmidt@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Martina Zwickert-Cetin
TEL 168-43918
ORT Haus der VHS, Raum 210, 2. Etage
E-MAIL
martina.zwickert-cetin@hannover-stadt.de

KINDER UND FAMILIE

Und plötzlich war die Murmel weg! Erste Hilfe bei Notfällen von Säuglingen, Kleinkindern und Kindergartenkindern

Kennen Sie das auch? Auf die Herdplatte gefasst, alles in den Mund gesteckt, die Tablette, die eben noch da lag, verschwunden. Auch so kann manchmal der Alltag mit Kindern aussehen. Und… was ist dann zu tun?
Wir alle wissen: „Kinder sind keine kleinen Erwachsenen“. Dies gilt nicht nur für ihr Denken, Fühlen und ihre körperliche Leistungsfähigkeit. Bei Kindern gibt es auch medizinische Besonderheiten: Akute Krankheiten, die nur in diesem Alter auftreten oder bestimmte Verletzungen, die gerade Kindern häufig passieren. Die medizinische Forschung hat außerdem nachgewiesen, dass in jeder Notfallsituation (Störungen der Atmung, Versorgung von Verletzungen, Vorgehensweise bei Vergiftungen und Verbrennungen, bei Fieberkrämpfen) die ersten Minuten für das Überleben und die Lebensqualität nach überstandener Notfallsituation entscheidend sind. Deshalb ist in diesen ersten Minuten das richtige und umsichtige Handeln sehr wichtig, dies lernen Sie hier!
Christian Feder ist examinierter Krankenpfleger und Lehrer für Medizinalfachberufe
Gebühr von 3 Euro für Bescheinigung ist im Kurs zu zahlen.

Dieser Kurs ist auch als Aufbau für TN des Kurses Babysitting geeignet.

97520S2
Christian Feder
Samstag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
19. Dezember
Haus der VHS
26,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
(Bereits ermäßigtes Entgelt für SchülerInnen)

Kindermassage Starke Kinder – ausgeglichene Kinder

Kinder haben ein starkes Bedürfnis nach Berührung, Wärme und Liebe. Berührung bedeutet Sicherheit, vertrauen können, geborgen sein, Selbstvertrauen und Wohlbefinden erfahren.
Der respektvolle Umgang bei dieser Streichmassage vertieft die Eltern-Kind Bindung und führt zu mehr Vertrauen und Verständnis in der Familie.
Weitere Vorteile der Kindermassage:
- fördert Ruhe, Entspannung und Ausgeglichenheit und verbessert den Schlafrhythmus
- positive Auswirkung auf viele Körperfunktionen
- fördert die körperliche und geistige Entwicklung
- Unterstützung bei Konzentrationsfähigkeit

Die Massage ist anwendbar für Kinder ab ca. 2 Jahren. Sehr gut geeignet auch für ältere Kinder und Jugendliche, da die Streichmassage erfahrungsgemäß einen besonderen Zugang zu Kindern in diesem Alter ermöglichen kann. An diesem Nachmittag haben Sie die Möglichkeit die Kindermassage gemeinsam mit einer vertrauten Person (Partner, Mutter, Freundin…) zu erlernen und selber die wohltuende Wirkung dieser zu erleben. Bitte 2 Decken und 2 Kissen, bequeme Kleidung mitbringen
Frau Strathmeier ist DGBM-Kindermassage Kursleiterin

97521S2
Bettina Strathmeier
Samstag, 13.30 – 18 Uhr, 6 Ustd.
28. November
Haus der VHS
18 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

97721S2
Bettina Strathmeier
Samstag, 13.30 – 18 Uhr, 6 Ustd.
12. März 2016
Haus der VHS
18 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sag's deinem Kind: Einfach klipp und klar!

Haben Sie sich schon oft gefragt: *„Warum versteht mein Kind mich nicht? Warum hört es mir nicht zu?"*
Manchmal helfen kleine Kommunikationsregeln um den Erziehungsalltag zu erleichtern. Manchmal hilft ein neuer Blickwinkel auf das was gerade passiert. Manchmal hilft auch eine Verhaltens-änderung. Erziehung bedeutet immer: Verständnis, Verständigung und Beziehung.
Und manchmal heißt das eben auch: Einfache Ansagen in Klartext!
Frau Wötzel ist Wirtschaftscoach, Diplomierte Sozialpädagogin und Fachreferentin für psychische Gesundheit.

97522S2
Sonja E. Wötzel
Samstag, 9.30 – 13 Uhr, 4 Ustd.
28. November
Haus der VHS
14 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

97722S2
Sonja E. Wötzel
Samstag, 9.30 – 13 Uhr, 4 Ustd.
12. März 2016
Haus der VHS
14 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Lust darauf, ein Kinderbuch zu schreiben?

Viele Menschen träumen davon, ein Kinderbuch zu schreiben. Dieser Workshop erklärt, wie aus der Idee ein fertiges Manuskript und vielleicht sogar ein gedrucktes Buch werden kann. Denn neben dem Schreiben und der originellen Idee sind auch die professionelle Aufbereitung des Manuskripts, möglicherweise die Illustrierung und die geschickte Verlagssuche Ausschlag gebend. Folgende Themen werden in diesem Workshop behandelt:
- Konzeption und Aufbau eines Kinderbuches
- Regeln für kindgerechtes Schreiben entsprechend des jeweiligen Alters
- Verfassen eines Exposés und Verlagssuche

Es wird zu jedem Thema ausführlich erklärt, geübt und geschrieben. Die Dozentin ist Referentin der Stiftung Lesen Mainz für Kinderbücher und bringt einen ganzen Koffer als Musterbücher mit, an denen sich orientiert werden kann. Dabei geht die Dozentin auf die individuellen Wünsche, Bedürfnisse und Texte ein. Bitte Schreibunterlagen und vorhandene Ideen mitbringen.
Frau Fischer ist Autorin und Schreibcoach.

→

22564S8
Anke Fischer
Sonntag, 10.30 – 16.30 Uhr, 7 Ustd.
6. Dezember
Haus der VHS
29,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Vorlesen will gelernt sein!

Möchten Sie auch mal gern Ihren Kindern, Enkeln, Patenkindern oder der ganzen Familie so vorlesen, dass es nicht leiert wie in der Schule früher? Kratzt Ihr Hals jedes Mal nach einer Viertelstunde oder werden Sie während des Lesens kurzatmig und hektisch? Sie sind nicht allein! Es lohnt sich sehr, auf diese grundsätzlichen Dinge zu sehen und Neues über Atmung, Haltung, Stimme und Ausdruck zu lernen. Sie werden begeistert von sich sein.
Sie werden Ihre kleinen und großen ZuhörerInnen mit Ihrer Stimme einfangen und sie Raum und Zeit vergessen lassen. Praktische Übungen aus dem Stimmtraining, zur Artikulation, Resonanz und dem Eigenton werden ergänzt mit theaterpädagogischen Elementen, um den Ausdruck zu erweitern. Sie werden darüber hinaus Atemübungen und Aufwärmübungen für Ihre Stimme kennenlernen und mit den gelernten Techniken an (vorhandenen oder mitgebrachten) Texten aus der Kinder- und Jugendliteratur arbeiten.
Nerissa Rothhardt ist diplomierte Musikerin, Kulturmanagerin und war langjährige künstlerische Mitarbeiterin an der Staatsoper Stuttgart und Hannover. 25 Jahre Bühnenerfahrung fließen in Ihre Arbeit als Rhetoriktrainerin.

97519S2
Nerissa Rothhardt
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
12. Dezember
Haus der VHS
36 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

97719S2
Nerissa Rothhardt
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
5. März 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
36 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

RECHT UND GELD

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Die Rechte des Menschen, die aufgrund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst zu regeln vermögen, sind durch das neue Betreuungsgesetz wesentlich gestärkt worden. Das Seminar unterrichtet eingehend über die wichtigsten gesetzlichen Bestimmungen und gibt wertvolle Hinweise für die Praxis. Ausführliches Informationsmaterial steht für 2 € zur Verfügung.

15500S8
Dr. jur. Rolf Günter Schmedes
Freitag, 18.30 – 21 Uhr, 3 Ustd.
13. November
Haus der VHS
12 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die neue Patientenverfügung

Die Patientenverfügung gewinnt auch in unserem Lande zunehmend an Bedeutung. Die neue gesetzliche Regelung stellt sicher, dass in Deutschland jeder berechtigt ist, selbst zu entscheiden, ob und wie er in seiner letzten Lebensphase medizinisch behandelt werden möchte. Eine unnötige Sterbeverlängerung kann damit rechtswirksam ausgeschlossen werden. Über die hierzu erforderlichen Maßnahmen unterrichtet eingehend das Seminar. Ausführliches Informationsmaterial steht für 2 € zur Verfügung.

15501S8
Dr. jur. Rolf Günter Schmedes
Freitag, 18.30 – 21 Uhr, 3 Ustd.
20. November
Haus der VHS
12 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Erben und Vererben – das neue Erbrecht

In diesem Seminar wird anhand von praktischen Fällen ausführlich über das neue Erbrecht informiert. Insbesondere werden wertvolle Hinweise über die Erbfolge, das Testament, den Erbvertrag, Pflichtteile, Möglichkeiten der Enterbung, Vermächtnisse und die unerlässliche Vorsorge für den Erbfall nach den neuen steuerlichen Gesichtspunkten gegeben. Ferner werden eingehende die notwendigen Schritte nach dem Erbfall erörtert. Ausführliches Informationsmaterial steht für 2 € zur Verfügung.

15502S8

Dr. jur. Rolf Günter Schmedes
Freitag, 18.30 – 21 Uhr, 3 Ustd.
4. Dezember
Haus der VHS
12 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Testament und Erbfolge – Richtig Vorsorge treffen

Wer kein Testament (oder Erbvertrag) gemacht hat, für den gilt die gesetzliche Erbfolge.
Bei Ehepaaren kann eine Erbengemeinschaft mit den Schwiegereltern entstehen – der Streit ist vorprogrammiert. Sind minderjährige Kinder in der Erbengemeinschaft, dann muss das Vormundschaftsgericht/Familiengericht bei wichtigen Angelegenheiten zustimmen. Wer will das schon? All dem können Sie am besten mit einem Testament entgegenwirken.
Wie mache ich ein Testament? Welche Formvorschriften sind dabei zu beachten? Wo bewahre ich das Testament am besten auf? Diese und andere Fragen beantwortet kompetent und leicht verständlich Rechtsanwalt Klaus-Dieter Heskamp an diesem Abend. (Bitte erwarten Sie jedoch keine individuelle Rechtsberatung.)

15503S8

Klaus-Dieter Heskamp
Dienstag, 18.30 – 21 Uhr, 3 Ustd.
10. November
Haus der VHS
12 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Die „richtige" Baufinanzierung

Laut STIFTUNG WARENTEST berät jedes vierte Geldinstitut die Kunden mangelhaft und insbesondere nicht individuell.
Egal ob Sie konkret die Anschaffung einer Immobilie planen, oder den Wunsch haben, eines Tages im eigenen Heim zu wohnen.
Nach Abschluss dieses Kurses werden sie wissen

- was sie sich wirklich leisten können
- wie sie die richtigen Fragen stellen
- wie sie den/die richtigen Partner/in für Ihre Finanzierung finden
- worauf sie beim Vergleich von Angeboten achten sollten
- welche staatlichen Förderungen es gibt und wie man sie beantragt
- welche Gesamtkosten tatsächlich auf Sie zukommen

Bitte bringen Sie Schreibutensilien, Taschenrechner, 5 € für Kursmaterial mit.
Dieter Jürgens ist unabhängiger Baufinanzberater.

15507S8

Dieter Jürgens
Montag und Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 2 x 4 Ustd.
2./3. November
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Langfristig erfolgreich Geld anlegen

Fragen Sie sich manchmal, wie Sie Geld möglichst einfach, ertragreich und gleichzeitig halbwegs sicher anlegen können? Gerade in der heutigen Zeit, in der die Medien regelmäßig neue Krisen entdecken? Schließlich gibt es verwirrend viele Möglichkeiten zur Geldanlage und verständlicher, unabhängiger Rat ist selten und teuer. In diesem Seminar lernen Sie alles Wichtige für eine erfolgreiche Geldanlage. In sechs verständlichen Schritten wird ein planvolles Vorgehen zur Geldanlage aufgezeigt. Kennzeichen, Chancen und Risiken aller wichtigen Geldanlagen wie Immobilien, unternehmerische Beteiligungen
(z. B. Aktien) oder auch Anleihen werden erklärt. Auch die indirekte Geldanlage in Versicherungen und Fonds wird vorgestellt. Der Schwerpunkt liegt auf der langfristigen Geldanlage, da diese für die meisten Anleger am wichtigsten ist. Gemeinsam diskutieren wir die gegenwärtigen Krisen und welche Chancen diese für die nächsten Jahren bieten. Sie lernen, teure Fehler zu vermeiden und erarbeiten eine persönliche Aktionsliste für Ihre erfolgreiche Geldanlage. Bitte Taschenrechner und Lineal mitbringen.
Unterlagen können Sie für 7 € im Seminar erwerben.
Thomas Lauerer ist Diplom-Betriebswirt und Autor eines Ratgebers zum Thema.

→

15509S8

Thomas Lauerer
Samstag und Sonntag, 9.30 – 17 Uhr, 16 Ustd.
21./22. November
Haus der VHS
60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Erfolgreich Aktien kaufen

Langfristig sind tatsächlich nur wenige AnlegerInnen am Aktienmarkt erfolgreich. Woran liegt das? Und welche elementaren Regeln können wir von diesen Erfolgreichen lernen? Denn sicherlich ist es kein Zufall, dass W. Buffett in den letzten 40 Jahren vor allem mit Aktien sein Vermögen im Schnitt um 20 % pro Jahr gesteigert hat und heute der zweitreichste Amerikaner ist. Dieses Wochenend-Seminar bietet Ihnen einen praxisnahen Einstieg in die Aktienmärkte und die Aktienauswahl. Entdecken Sie die wesentlichen Grundlagen für den langfristig erfolgreichen Aktienkauf. Verstehen Sie die Vorteile der Fundamentalanalyse als Basis für Ihre Überlegungen. Lernen Sie eine Hand voll einfacher Kennzahlen beherrschen, mit denen Sie nach etwas Übung in 15 Minuten jede Aktie auf ihre Erfolgsaussichten durchleuchten können. Vermeiden Sie so die „Top-8-Fehler" beim Aktienkauf. Denn der erfolgreiche Aktienkauf ist keine Zauberei und mit überschaubarem Aufwand auch ohne Vorkenntnisse erlernbar. Bitte Taschenrechner und Lineal mitbringen. Kursunterlagen können Sie für 7,50 € im Seminar erwerben.
Thomas Lauerer ist Diplom-Betriebswirt, Buchautor und freier Trainer.

15510S8

Thomas Lauerer
Samstag und Sonntag, 9.30 – 17 Uhr, 16 Ustd.
12./13. Dezember
Haus der VHS
60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die elektronische Steuererklärung – papierlos und sicher

Steuererklärungen in elektronischer Form („ElsterFormular“) vereinfachen nicht nur die Abläufe im Finanzamt, sondern bieten auch den BürgerInnen erhebliche Vorteile. Sie können den erwarteten Steuerbetrag selbst kalkulieren, schonen Ressourcen und werden bevorzugt behandelt. Ein versierter Experte des Finanzamtes erläutert, wie man mit der elektronischen Steuererklärung arbeitet und beantwortet Fragen zur technischen Handhabung. Anhand eines fiktiven Einkommensteuerfalls lernen Sie den bequemen und vorteilhaften Umgang mit „ElsterFormular“ kennen. Eine steuerliche Beratung erfolgt nicht.

15511S8
Sebastian Harder
Donnerstag, 17.30 – 19.45 Uhr, 3 Ustd.
12. November
Haus der VHS
3,75 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

15711S8
Sebastian Harder
Donnerstag, 17.30 – 19.45 Uhr, 3 Ustd.
18. Februar
Haus der VHS
3,75 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wenig haben – trotzdem gut leben! Lebenskunst im Alltag

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die trotz ihres geringen Einkommens ein gutes und zufriedenes Leben führen wollen. Oder auch – als Vorsorge für schlechte Zeiten. Jeder kann ein Lebenskünstler sein! Lernen Sie in Zukunft besser zu entscheiden, was für Sie wirklich zählt, und Ihnen auf Dauer echte Freude bringt.
Sie erhalten Tipps zur günstigen Finanzierung von: Bildung, Reparaturen, Freizeitgestaltung Festen und Feiern, Materialbeschaffung, Gesunder Ernährung und zur Vermeidung von Schulden.
Frau Wötzel ist Sozialpädagogin, Wirtschaftscoach und Fachreferentin für Sozialmanagement

22529S8
Sonja Elisabeth Wötzel
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
7. November
Haus der VHS
28 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

22729S8
Sonja Elisabeth Wötzel
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd.
5. März 2016
Haus der VHS
28 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Vortragsreihe „Mieterrechte stärken“

Dschungel Mietrecht?

Rechtsfragen in Sachen Mietrecht sind für die meisten ein Buch mit sieben Siegeln. Der Vortrag befasst sich mit den wichtigsten Fragen rund um das Thema Mietrecht und Mietvertrag, um die häufigsten Fragestellungen transparenter zu machen. Welche Rechte und Pflichten habe ich als Mieter? Welche Rechte und Pflichten hat mein Vermieter? Behandelt werden unter anderem verschiedene Problemstellungen im Mietvertragsrecht sowie die gängigsten Problemstellungen im Mietverhältnis (Schönheitsreparaturen, Mieterhöhung, Haustiere,…).
Der Vortrag dient Informationszwecken und ersetzt im Einzelfall nicht die rechtliche Beratung beim Anwalt. Es können keine rechtsverbindlichen Informationen gegeben werden.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

15513S8
Marisa Denise Adenaw
Freitag, 18. – 21 Uhr, 4 Ustd.
20. November
Haus der VHS
16 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Maklervertrag und Mietpreisbremse

Bereits seit letztem Jahr ist bekannt, dass es 2015 vielfache Änderungen im Immobilienrecht geben wird. Besonders die „Maklerfrage“ und die „Mietpreisbremse“ sind Begriffe, die vielfach durch die Medien gingen. Doch was wurde denn eigentlich gesetzlich geändert? Und was bedeutet das für mich als Mieter?
Der Vortrag setzt sich mit den neuesten gesetzlichen Änderungen im Immobilienrecht auseinander und soll einen verständlichen Überblick für Verbraucher bieten.
Der Vortrag dient Informationszwecken und ersetzt im Einzelfall nicht die rechtliche Beratung beim Anwalt. Es können keine rechtsverbindlichen Informationen gegeben werden.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

15514S8
Marisa Denise Adenaw
Freitag, 18. – 21 Uhr, 4 Ustd.
27. November
Haus der VHS
16 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Das 1 x 1 der Versicherungen

Auch im Bereich Wohnimmobilien spielen Versicherungen eine wichtige Rolle. Doch welche Versicherung brauche ich als Mieter/Eigentümer wirklich? Wo bin ich über- oder unterversichert? Der Vortrag stellt eine Übersicht zu den wichtigsten Versicherungen im Immobilienrecht dar.
Der Vortrag dient Informationszwecken und ersetzt im Einzelfall nicht die rechtliche Beratung beim Anwalt. Es können keine rechtsverbindlichen Informationen gegeben werden.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

15515S8
Marisa Denise Adenaw
Freitag, 18. – 21 Uhr, 4 Ustd.
4. Dezember
Haus der VHS
16 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ich kauf’ mir ein Zuhause/ Erwerb einer Immobilie

Wer sich entschließt eine Immobilie zu erwerben muss im Vorfeld einiges beachten. Ob Wertanlage oder Eigennutzung; eine gute und sichere Planung ist bereits die halbe Miete! Woran bemisst sich eigentlich der Wert einer Immobilie? Wie soll das Vorhaben finanziert werden? Wo finde ich überhaupt eine geeignete Immobilie?
Der Vortrag befasst sich mit den wichtigsten Fragestellungen rund um das Thema Immobilienkauf.
Der Vortrag dient Informationszwecken und ersetzt im Einzelfall nicht die rechtliche Beratung beim Anwalt. Es können keine rechtsverbindlichen Informationen gegeben werden.
Frau Adenaw ist Diplom Juristin und seit mehreren Jahren in der Erwachsenenbildung tätig.

15516S8
Marisa Denise Adenaw
Freitag, 18. – 21 Uhr, 4 Ustd.
11. Dezember
Haus der VHS
16 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

3 NATUR UMWELT UND GESUNDHEIT

NATUR UND UMWELT	64
NATURWISSENSCHAFTEN	68
GESUNDHEIT	68
UMGANG MIT KRANKHEIT	71
KÖRPERERFAHRUNG UND BEWEGUNG	71
KÖRPERARBEIT UND ENTSPANNUNG	75
YOGA	79
QI GONG UND TAI CHI	83
ESSEN UND TRINKEN	86

Foto: © Lea Jockel und Lana Groß • Talentcampus Herbst 2014

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Christiane Roth-Schönfeld
SPRECHZEITEN nach Vereinbarung
TEL 168-40872
ORT Haus der VHS, Raum 231, 2. Etage
E-MAIL
christiane.roth-schoenfeld@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Pamela Coordes
TEL 168-45359
ORT Haus der VHS, Raum 208, 2. Etage
E-MAIL pamela.coordes@hannover-stadt.de

NATUR UND UMWELT

Schritt für Schritt zu Ihrem persönlichen Garten

Die neue Gartensaison liegt vor Ihnen und Sie träumen von einem schönen Garten? Sie wollen etwas Neues oder auch nur Teilbereiche verändern? Sie sind unsicher, fangen an jeder Ecke an, kommen aber nicht so richtig weiter?
Wie Sie Ihren Garten gestalten und nutzen, hängt von Ihren eigenen Wünschen und Vorstellungen ab. Damit Sie sich in Ihrem Garten wohlfühlen, und er zu einem Ort der Harmonie wird, gehören Schönheit und Funktionalität zusammen.
Dieser Kurs vermittelt Ihnen die wichtigsten Gestaltungsregeln einer guten Gartenplanung. Sehr anschaulich anhand vieler Fotos wird gezeigt, wie Sie Gartensituationen ideenreich in Szene setzen können.
Außerdem haben Sie die Gelegenheit, Ideen, Fotos und Skizzen Ihres Gartens mitzubringen, um dann die erworbenen Kenntnisse für die Planung Ihres Gartenparadieses einzusetzen. So können Sie sich gleich ans Werk machen, damit sich Ihr Garten in seiner ganzen Schönheit präsentiert.
Cathrin Camp ist Diplom-Ingenieurin der Landschafts- und Freiraumplanung.

53500K8
Cathrin Camp
Dienstag, 18 – 20.30 Uhr, 3 x 3 Ustd.
10. – 24. November
Haus der VHS
22,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Lazy Gardening

Unkraut jäten, gießen und düngen, Gehölze schneiden und im Herbst das lästige Laub von den Bäumen. Ständig liegen zeitraubende Arbeiten im Garten an, die scheinbar nicht zu vermeiden sind. Doch lassen Sie sich nicht zum Sklaven Ihres Gartens machen! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit minimalem Aufwand einen schönen Garten bekommen. Welche Arbeiten sind wirklich notwendig? Mit welchen Geräten und Werkzeugen arbeite ich am effektivsten? Wie kann ich durch geschickte Bepflanzung und Pflanzenauswahl Pflegearbeiten einsparen? Diese und viele andere Fragen werden in diesem Kurs beantwortet.
Frau Bielert ist Diplom-Ingenieurin für Landschafts- und Freiraumplanung.

53501K8
Ellen Bielert
Dienstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
29. September
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Farbenfrohe Staudenbeete

Gartenstauden blühen in vielen verschiedenen Farben. Doch wie werden die Blütenfarben und auch die Laubfarben am vorteilhaftesten miteinander kombiniert? Ob monochrome Farbgärten in Weiß, Blau oder Gelb angelegt werden oder ob mit kontrastierenden Farben gestaltet wird, ist eine Sache des Geschmacks. In diesem Vortrag lernen Sie anhand zahlreicher Bilder die Wirkung der unterschiedlichen Farbkompositionen kennen und können dann selbst entscheiden, welche davon Ihnen am besten gefallen. Holen Sie sich hierbei Inspiration für die Bepflanzung Ihres eigenen Gartens.
Frau Bielert ist Diplom-Ingenieurin für Landschafts- und Freiraumplanung.

53502K8
Ellen Bielert
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
8. Oktober
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Gärten in Wales

Verborgen zwischen den Waliser Hügelketten liegen viele schöne Gartenanlagen. Ob moderne Gärten wie Veddw House oder historische Anlagen wie Plas Brondanw, dem Wohnsitz des Architekten Clough William-Ellis, sie alle zeigen eine liebevolle Pflanzenverwendung in stimmungsvoller Atmosphäre gut gestalteter Gartenräume. Majestätisch thront der alte Fürstensitz Powis Castle inmitten einer barocken Gartenanlage, in der Pflanzenkompositionen vom Feinsten gezeigt werden. Auch Bodnant Garden ist für seine Pflanzenschätze bekannt und zeigt einen Terrassengarten mit wunderbarer Pergola. Dazu gehört auch die naturhafte Parkanlage im Tal, die von Bachläufen begleitet wird. Lassen Sie sich von Wales verzaubern.
Frau Bielert ist Diplom-Ingenieurin für Landschafts- und Freiraumplanung

53503K8
Ellen Bielert
Donnerstag, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
5. November
Haus der VHS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Den Bäumen begegnen – Faszinierende Welt der Bäume

Dieser Kurs möchte Ihr Interesse an der faszinierenden Welt der Bäume wecken. Wir wollen den Bäumen Aufmerksamkeit schenken, neugierig werden auf ihr Wesen und auf die Mythen und Geschichten, die sich um sie ranken.
Nach einer kurzen Einführung in Mythen wie Weltenbaum – Baum des Lebens – Baumheiligtümer – heilige Haine – lernen Sie die physische Gestalt und die Besonderheiten von Bäumen anhand einer Auswahl von Baumarten wie z. B. Birke, Eiche, Buche, Linde, Platane, ihre Erscheinung und ihr Wesen kennen.
Wir besuchen prächtige Bäume in unserer Stadt, wobei uns Besonderheiten im Wuchs interessieren und wie wir wesentliche Unterschiede wahrnehmen. Eine Baummeditation kann bei Interesse den Kurs abrunden. Bitte Samstag und Sonntag wettergerechte Kleidung mitbringen.

53504K8
Gudrun Ebeling (Dipl.-Ing. Landespflege)
Samstag, 10 – 15 Uhr, 6 Ustd.
26. September
Haus der VHS
Sonntag, 10 – 12.15 Uhr, 3 Ustd.
27. September
Exkursion (Treffpunkt wird am 26. September verabredet)
22,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Moorwanderung: Heilpflanzen und Pilze im Wilden Moor zwischen Mardorf und Rehburg

Unsere Wanderung führt uns zunächst zur am Moorrand gelegenen Siedlung Vehrenheide. Direkt nördlich von Vahrenheide fangen die Birken-Moorwälder und die mageren Moorwiesen an. Hier finden wir Heilpflanzen wie die Blutwurz, auch Tormentill genannt. Weiter nördlich wird das Moor nasser und die Wege schmaler. In alten nicht begehbaren Torfstichen wachsen Torfmoose und Wollgras, dazwischen befinden sich kleine Moorheiden mit jetzt blühender Besenheide und ausgedehnte Kiefernwälder mit Heidelbeeren und Preiselbeeren. Am Wegrand sind einfach zu erkennende Kuhröhrlinge und giftige Fliegenpilze zu finden. Auf dem Rückweg kommen wir östlich des Wilden Moores an einer großen Wasserbüffelweide vorbei. Auf den Sandmagerrasen am Rand der Weide sind zahlreiche Exemplare des erfrischend säuerlich schmeckenden Kleinen Sauerampfers zu finden. Unterwegs erfahren wir Spannendes aus dem Heilwissen heutiger und früherer Zeiten sowie Basics zum Kräuter- und Pilzesammeln. Insgesamt werden wir eine Strecke von ca. 6 km zurücklegen. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, feste Schuhe oder Gummistiefel sowie Verpflegung und Getränke.
Fahrtkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.
Treffpunkt Infopoint Hannover Hbf: 10.00 Uhr,
Abfahrt Hannover Hbf: 10.21 Uhr,
Ankunft Rehburg, Mardorfer Straße: 11.15 Uhr,
Rückfahrt Rehburg, Mardorfer Straße: 16.42 Uhr,
Ankunft Hannover Hbf: 17.38 Uhr

59113K8
Sieglinde Fink (Diplom-Biologin)
Samstag, 10 – 17.40 Uhr, 8 Ustd.
12. September
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wildfrüchtewanderung im Deister mit Wildbeerenpunsch und Kräuter-Stockbrot am Lagerfeuer

Unsere Wanderung beginnt am Bahnhof Springe und führt uns zunächst bergauf zum Waldrand und weiter zum Steinbruch mit seinen imposanten Felswänden aus Korallenoolith. Unterwegs kommen wir an einer Vielzahl heimischer wilder Herbstfrüchte vorbei wie z. B. Schwarzem Holunder, Hagebutte, Vogelbeere, Weißdorn, Schlehe, Bucheckern und Eicheln. Wichtige Unterscheidungsmerkmale zu giftigen Beeren wie z. B. dem Pfaffenhütchen werden vermittelt sowie Sammel-Basiswissen. Dazu erfahren Sie Spannendes aus dem Heilwissen heutiger und vergangener Zeiten. Essbare wild wachsende Beeren strotzen vor Vitalstoffen und stellen regelrechte Superfoods dar, wie z. B. die durch hohe Gehalte an Vitamin C, Calcium und Carotinoiden brillierende Hagebutte. Im September sind auch zahlreiche Samen zum Sammeln geeignet wie z. B. die Brennnesselsamen. Am Wegrand nehmen wir die jetzt herunterhängenden Brennnesselsamenstände unter die Lupe, nur die knackigen grünen sind zum Verzehr geeignet. Unterwegs sammeln wir Brennnesselsamen und Wildfrüchte
Am Ende der Wanderung erwärmen wir uns am Lagerfeuer des am Waldrand gelegenen Schullandheimes mit heißem Wildbeerenpunsch und Brennnesselsamen-Stockbrot. Wir verwenden vegane Lebensmittel aus ökologischem Landbau. Wir legen insgesamt eine Wanderstrecke von ca. 8 km mit kurzzeitig steileren und evtl. rutschigen Abschnitten zurück.
Bitte Mitbringen: wetterfeste Kleidung und feste Schuhe sowie Verpflegung und Getränke für mittags, Sammelgefäß oder –korb und Schnitz- oder Fahrtenmesser. Fahrkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.
Treffpunkt Infopoint im Hbf Hannover: 10.30 Uhr,
Abfahrt S-Bahn: 10.55 Uhr,
Ankunft Springe Bahnhof 11.28 Uhr,
Rückfahrt ab Bahnhof Springe: 18.03 Uhr,
Ankunft Hbf Hannover: 18.33 Uhr

59530K8
Sieglinde Fink (Diplom-Biologin)
Sonntag, 10.30 – 18 Uhr, 9 Ustd.
27. September
25,20 € + 8 € Zusatzkosten
+3,50 € Bearbeitungsentgelt

Pilz- und Heilpflanzenwanderung in der Südheide bei Unterlüß

Direkt hinter dem Bahnhof Unterlüß beginnen ausgedehnte Nadel- und Eichenwälder, durch die unsere Wanderung führt. Dichte Waldbestände wechseln mit moosigen aufgelichteten Bereichen, in denen Heidelbeer-, Preiselbeer- und Brombeersträucher zu finden sind. Im Unterwuchs finden wir Traubenkirschen. Von zahlreichen, der hier wachsenden Bäume, sind Verwendungen zu Heilzwecken bekannt wie z. B. von der Linde, der Birke und der Fichte. Aus dem Harz der Fichte wurde traditionell ein Balsam hergestellt. Die Pilzwelt ist faszinierend und voller Überraschungen. Erfahrungsgemäß sind verschiedene Röhrlinge anzutreffen, unter denen sich zumeist auch die ungenießbaren Gallenröhrlinge befinden. Wichtige Unterscheidungsmerkmale sehen wir uns mit Lupen an, die auf der Wanderung zur Verfügung gestellt werden. Viele Pilze haben Baumpartner wie z. B. die Krause Glucke, die nur am Grund von Kieferstämmen gefunden werden kann. Auch die für die Waldökologie wichtigen Baumpilze schauen wir uns an, z. B. den Birkenporling und den Zunderschwamm, die auch zu Heilzwecken genutzt wurden. Unterwegs erfahren wir Spannendes aus dem Heilwissen heutiger und früherer Zeiten sowie Basics zum Pilze sammeln. Auf dieser Wanderung werden keine Pilze gesammelt. Insgesamt werden wir eine Strecke von ca. 6 km zurücklegen. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, feste Schuhe sowie Verpflegung und Getränke
Fahrkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.
Treffpunkt Infopoint Hannover Hbf: 10.20 Uhr,
Abfahrt Hannover Hbf: 10.40 Uhr,
Ankunft Unterlüß Bahnhof: 11.22 Uhr
Rückfahrt ab Unterlüß Bahnhof: 16.30 Uhr,
Ankunft Hannover Hbf: 17.14 Uhr

59531K8
Sieglinde Fink (Diplom-Biologin)
Sonntag, 10.20 – 16.30 Uhr, 8 Ustd.
4. Oktober
22,40 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sportliche Herbstwanderung: Wildfrüchte und Pilze in den Sieben Bergen bei Freden

Unsere Herbstwanderung führt uns vom Bahnhof Freden steil bergauf zum Waldrand, von dem wir eine schöne Aussicht auf das Leinetal haben. Am Wiesen- und Waldrand leuchten die roten Hagebutten und Weißdornfrüchte sowie die blauschwarzen Schlehen. Unser Weg führt uns durch den schönen Kalkbuchenwald des Mittelberges und weiter ins nächste Tal. Hier am Rand des Ortes Winzenburg am Fuß des Burgberges treffen wir auf die stark schüttende Apenteichquelle, an der archäologische Funde aus der Jungsteinzeit, Bronzezeit und Eisenzeit gemacht wurden. Dahinter geht es weiter durch einen frischen Fichtenwald berghoch zur Ruine Winzenburg, bei der besonders viele Bucheckern zu finden sind. Viele Pilze haben Baumpartner. So sind unter Buchen andere Pilze zu finden als im Fichtenwald. Vielleicht haben wir Glück und bekommen die leicht zu erkennenden Fichtenreizker zu sehen. Auch außerhalb ihres Speisewertes gibt es Spannendes in der Welt der Pilze zu entdecken. So könnten wir unter Buchen den in Kalkgebieten besonders häufigen Orangemilchenden Helmling finden, dessen Stiel als Stift zum Malen und Schreiben benutzt werden kann. Auf dieser Wanderung werden nur leicht zu erkennende Pilze angesprochen, aber keine Pilze gesammelt. Insgesamt werden wir eine Strecke von ca. 9 km zurücklegen. Nur für geübte Wanderer! Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, feste Schuhe sowie Verpflegung und Getränke
Fahrtkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.
Treffpunkt Infopoint Hannover Hbf: 9.15 Uhr,
Abfahrt Hannover Hbf: 9.36 Uhr,
Ankunft Freden Bahnhof: 10.15 Uhr,
Rückfahrt ab Freden Bahnhof: 16.44 Uhr,
Ankunft Hannover Hbf: 17.26 Uhr

59532K8
Sieglinde Fink (Diplom-Biologin)
Sonntag, 9.15 – 16.45 Uhr, 10 Ustd.
18. Oktober
28 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kochkurse mit Siglinde Fink
siehe Seite 87 f, 89

Wildfrüchtewanderung auf dem Kronsberg und Beeren- und Wurzelküche

Welche Wildfrüchte sind essbar und welche giftig? Auf dieser Beerenwanderung werden wichtige Erkennungsmerkmale essbarer wilder Früchte wie z. B. die Weißdornbeeren und giftiger wilder Früchte wie z. B. die schwarzen Beeren des Ligusters erklärt. Auch Samenstände werden wir unter die Lupe nehmen wie z. B. die der Wilden Möhre, die mit den Samenständen der sehr giftigen Hunds-Petersilie verwechselt werden können. Unsere heimischen Beeren und Samen sind eine wichtige Nahrungsquelle für Säugetiere, Vögel und Insekten. Auf der Wanderung erfahren Sie zudem Interessantes über den kulinarischen und gesundheitlichen Wert unserer heimischen Wildfrüchte. Auf dem Kronsbergkamm werden wir gemeinsam Wildfrüchte, Löwenzahnwurzeln und späte Blüten wie z. B. Rot-Klee ernten und anschließend in der Küche im Lindener Rathaus Hagebutten-Smoothie, Löwenzahnwurzel-Walnuss-Birnen-Rohkost, Weißdorn-Hutzelbrötchen, Schlehen-Apfelmus, Vogelbeerpralinen und einen Weißdorn-Ingwer-Punsch herstellen. Wir verwenden Lebensmittel aus ökologischem Landbau. Insgesamt legen wir bei der Wanderung eine Strecke von ca. 3 km zurück.
Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung und Schuhwerk, Verpflegung und Getränke für die Wanderung und ein Sammelgefäß.
Fahrtkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.
Treffpunkt Stadtbahnhaltestelle Kronsberg:
10.00 Uhr, Wanderung: 10.00 – 13.00 Uhr,
Kochen: 13.45 – 17.00 Uhr

59533K8
Sieglinde Fink (Diplom-Biologin)
Samstag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
24. Oktober
Treffpunkt: siehe oben
30,40 € + 7 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Fachbereich Umwelt und Stadtgrün

Totes Holz für neues Leben

Bei einem Rundgang durch den Tiergarten werden an mehreren Stationen abgestorbene Bäume besichtigt, die nur scheinbar leblos sind. In verschiedenen Stadien des Zerfalls bietet totes Holz die Grundlage für neues Leben. Für Einzeller, Pilze, Insekten und Vögel sind abgestorbene Bäume lebensnotwendige Voraussetzung und Beispiel dafür, dass neues Leben auf totes Leben angewiesen ist. Die Referenten stellen sehr unterschiedliche Bäume und Lebensräume vor – jeder für sich eine einzigartige, vielgestaltige Welt von Lebewesen, die sehr anschaulich den Kreislauf alles Lebendigen erkennen lassen. →

53505K8
Gerd Garnatz (Diplom-Forstingenieur)
Dr. Heino Kamieth (Diplom-Ökologe)
Samstag, 14 Uhr
17. Oktober
Treffpunkt Eingang Tiergarten, Tiergartenstraße
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich

Autorenlesung mit Robert Brack aus der Lenina-Reihe siehe Seite 108

Totholz – neues Leben & Piano
siehe Seite 111

Vertiefungskurs Bienen

Der Kurs wendet sich an alle Jungimker/-innen, die bereits bis zu zwei Jahre Bienenvölker halten. Es werden ausgewählte Themen vertieft und alle Fragen der Teilnehmenden behandelt.
Insbesondere wird auf folgende Punkte eingegangen: Anatomie der Arbeitsbiene, Sozial- und Orientierungsverhalten, Gemülldiagnose, Fluglochbeobachtung, Varroadiagnose und Behandlung und weitere Bienenkrankheiten.
Auch auf Fragen und Probleme der Teilnehmenden wird eingegangen.

59534K8
Susanne Koobs, Dr. Wolfgang Leibner
Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr, 3 x 2 Ustd.
28. Oktober – 11. November
21 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Herbstlicher Vogelzug in der Leineaue

Herbst ist Vogelzugzeit! Auf ihrer Reise in den Süden machen viele Wat- und Wasservögel Station auch im hannoverschen Leinetal. Ihre bevorzugten Rastplätze sind die Naturschutzgebiete „NSG Alte Leine“ und „NSG Leineaue zwischen Ruthe und Koldingen. Auf vier Geländeexkursionen wollen wir in diesen auch landschaftlich reizvollen Gebieten einen Einblick in das Vogelzuggeschehen in unseren Breiten geben und die entsprechenden Arten beobachten.
Die Treffpunkte der jeweils 3-stündigen Beobachtungsgänge sind die Haltestellen „Neuer Schlag“ (Stadtbahnlinie 2) in Laatzen/Grasdorf und „Bhf. Rethen“ (Stadtbahnlinie 1).

59535K8
Martin Lieber
Samstag, 8.45 – 12.45 Uhr, 4 x 4 Ustd.
5. September – 10. Oktober
40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Aromaanwendungen beim Hund – Zauberhafte Düfte für Körper und Seele

Beim Menschen wird die Aromatherapie schon lange eingesetzt. Sie dient nicht nur dem Wohlbefinden, sondern wird auch erfolgreich zur Besserung körperlicher Krankheiten oder psychischer Spannungszustände eingesetzt. Bisher nicht so bekannt ist die Anwendung beim Hund. Aber auch er kann davon durchaus profitieren. Hier sind allerdings bei der richtigen Auswahl des Duftes einige Regeln zu beachten. In diesem Vortrag werden neben den Grundlagen der Aroma-Anwendungen auch die für Hunde angenehmen Düfte und deren Eigenschaften vorgestellt. Dabei stehen die Aspekte Wellness und Entspannung im Mittelpunkt. Therapeutische Empfehlungen werden nicht gegeben.

59536K8
Petra Jakob
Freitag, 18 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
16. Oktober
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kleine Spiele – große Wirkung

Die meisten unserer Haushunde leben als Familienhunde und haben keine ihrem Rassetypus entsprechende Arbeitsaufgabe mehr zu erfüllen. Hier braucht man Maßnahmen, die den Lebensraum unserer Hunde bereichern und eine artgerechte Beschäftigung ermöglichen. Die Hunde sollen Aufgaben bekommen, die ihre Sinne aktivieren und ihre vorhandenen Fähigkeiten fördern. Nicht jeder Hundehalter hat Zeit oder Lust, regelmäßig am Training im Verein oder Hundeschule teilzunehmen. Hier gibt es gute Alternativen, die sich sehr einfach umsetzen lassen. Neben dem Spaß für das Hund-Mensch-Team bieten die Spiele viele Möglichkeiten der Kopf- und Körperarbeit. Es finden sich für alle Teams Spielmöglichkeiten, egal wie jung oder alt, fit oder absolut unsportlich. Gemeinsame Unternehmungen, gemeinsam Spaß haben und sich über Erfolge freuen – die beste Möglichkeit die Bindung des Teams zu stärken. Am ersten Kursabend lernen Sie Spielmöglichkeiten, Spielregeln und mögliche Gefahren kennen. Diese neuen Informationen können Sie Zuhause schon einmal mit Ihrem Hund ausprobieren. Am zweiten Kurstag folgt der Praxisteil mit sozialverträglichen Hunden nach Absprache und Sie haben Gelegenheit Fragen zu stellen und sich über Probleme und Erfolge auszutauschen. Der Ort wird am ersten Kurstag bekanntgegeben.
Frau Jakob ist ausgebildete Hundegesundheitstrainerin

→

59537K8
Petra Jakob
Freitag, 18 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
6. November
Haus der VHS
Samstag, 13.30 – 15 Uhr, 2 Ustd.
7. November Exkursion
15 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

GPS-Navigation

Nun ist ein GPS im Haus und keiner weiß, was es alles kann…Arbeiten und Planen mit GPS am PC
Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die sich ein GPS-Gerät angeschafft haben oder eine Anschaffung planen. Hier wird Licht ins Dunkel um das Thema GPS, Tourenplanung mittels Internet und PC sowie Kartenmaterial gebracht.
Am ersten Abend werden GPS-Geräte verschiedener Hersteller vorgestellt, Vor- und Nachteile besprochen und der Umgang im Gelände erprobt.
Am zweiten Abend wird das vielfältige Angebot zur Tourenplanung im Internet anhand verschiedenere Portale besprochen und ausprobiert.
Am dritten und vierten Abend geht es um Kartenmaterial (was gibt es, Installation und Kosten) für GPS und PC sowie die Tourenplanung und -archivierung am heimischen PC.
Eigene GPS-Empfänger (und Laptops – ab dem zweiten Abend) können mitgebracht werden, sind aber keine Voraussetzung.
Der Geocacher und Bestseller-Autor Markus Gründel vermittelt praxisnah das nötige Wissen, um Spaß am Umgang mit GPS und PC zu haben.

59124K8
Markus Gründel
Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 4 x 4 Ustd.
8. – 29. September
Haus der VHS
56 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Geocaching – Wissen um die Schnitzeljagd 2.0

Wollten Sie nicht schon immer wissen, was es mit Geocaching auf sich hat? Vielleicht gehören Sie ja zu den Menschen, die sich nicht nur im Internet darüber informieren, sondern es vor Ort unter professioneller Anleitung ausprobieren möchten. Der Bestseller-Autor Markus Gründel gibt Ihnen eine erste Einführung in Theorie und Praxis.
Sie lernen den Umgang mit GPS-Geräten beim Geocachen sowie die wichtigsten Plattformen im Internet kennen. Ausrüstung, Regelwerk und Verhalten werden in diesem theoretischen Teil ebenso behandelt. Es folgt ein praktischer Teil, wo Sie das erlernte Wissen an hierfür versteckten Geocaches erproben. Hierbei können verschiedenste GPS-Geräte führender Hersteller ausprobiert werden.
Eigene GPS-Empfänger können mitgebracht werden, sind aber keine Voraussetzung.

59539K8
Markus Gründel
Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
6. Oktober
Haus der VHS und Exkursion
14 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

GPS-Navigation für Wanderer und Radfahrer

Nie mehr verlaufen oder verfahren. Jederzeit wissen, wo man ist. Neue Regionen entdecken, ohne sich dauernd orientieren zu müssen und vor allem Spaß haben mit einer faszinierenden Technik, die mehr und mehr unseren Alltag erobert. Um aus dem düsteren Wald herauszufinden, streuten Hänsel und Gretel noch eine Spur aus Brotkrumen. GPS-Navigation nennt sich die moderne Variante, die auf einer virtuellen Brotkrumenspur durch die Landschaft führt.
Dieser Einsteigerkurs wendet sich an Radfahrer, Wanderer und Reiter, die den Umgang mit digitalen Landkarten für GPS-Geräte erlernen oder sich vor einer Kaufentscheidung gründlich informieren möchten.
Hans-Wilhelm Hurt ist Projektleiter des Freizeitportal GeoLife.de

59540K8
Hans-Wilhelm Hurt
Donnerstag, 17 – 20 Uhr, 4 Ustd.
3. Dezember
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

NATURWISSENSCHAFTEN

Einführung in die Astronomie – Grundlagen der Himmelsbeobachtung

In diesem Kurs soll der derzeitige Kenntnisstand der astronomischen Forschung allgemeinverständlich erarbeitet werden. Neben der theoretischen Behandlung von Planeten, Sternen und Galaxien wird in einem praktischen Teil des Kurses der Umgang mit Sternkarten, die Orientierung am Nachthimmel und die Arbeit mit Fernrohren besprochen.

59541K8

Robert Schumann in Kooperation mit der Volkssternwarte Hannover
Mittwoch, 19.30 – 21 Uhr, 8 x 2 Ustd.
21. Oktober – 9. Dezember
Volkssternwarte Hannover, Am Lindener Berge 27, Wasserbehälter
60,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Spezielle Relativitätstheorie für Anfänger oder E = mc2 + 1W6

In diesem Kurs wird Ihnen auf lockere Art und Weise Einsteins spezielle Relativitätstheorie näher gebracht.
Zur Auflockerung und Verdeutlichung werden Beispiele aus der Natur sowie der Science Fiction (Star Trek, Star Wars etc.) herangezogen. Sie beschäftigen sich mit Themen wie z. B.: Ist „Warpgeschwindigkeit“ möglich? Lorentz-Transformation, Zeitdilatation und Längenkontraktion. Der Kurs ist auch sehr gut für Nicht-Physiker geeignet. Die Bereitschaft, sich auf mathematisches Neuland einzulassen, sollte aber vorhanden sein.

59542K8

Achim Dux
Samstag, 13 – 16.15 Uhr, 4 Ustd.
Sonntag, 11 – 14.15 Uhr, 4 Ustd.
23. + 24 Januar 2016
Haus der VHS
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Birgit Robel
TEL 168-44703
SPRECHSTUNDE Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 Uhr, Donnerstag 16 – 18 Uhr
E-MAIL birgit.robel@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 202, 2. Etage

SACHBEARBEITUNG
Birgit Hoffmeister **TEL** 168-43502
E-MAIL birgit.hoffmeister@hannover-stadt.de
Eva Schoeler **TEL** 168-36250
E-MAIL eva.schoeler@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 204 + 206, 2. Etage

GESUNDHEIT

Die Volkshochschule Hannover ist seit April 2002 Mitglied im VHS-Qualitätsring Gesundheit

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUM PROGRAMMBEREICH GESUNDHEIT

„VHS macht gesünder!“

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.
Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte… wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.
Wir achten darauf, dass die KursleiterInnen fachlich auf dem neuesten Stand sind, erwachsenenpädagogische Erfahrungen haben und die Ziele der Gesundheitsbildung verwirklichen wollen. Die Weiterbildung unserer KursleiterInnen unterstützen wir mit einem Fortbildungsangebot → der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung. Gesetzliche Krankenkassen fördern die Teilnahme an Gesundheitskursen in den Bereichen Bewegung, Entspannung/Stressbewältigung, Ernährung und Sucht.
Bitte erkundigen Sie sich vor Kursbeginn bei Ihrer Krankenkasse, ob eine Förderung nach § 20 SGB V möglich ist. In diesem Fall erstatten Krankenkassen die Kursgebühr ganz oder zu einem großen Teil. Hierzu sind nach Kursende eine Teilnahmebescheinigung der VHS und ein Zahlungsbeleg über die Kursgebühr bei der Krankenkasse einzureichen. Die Teilnahmebescheinigung erhalten Sie von Ihren KursleiterInnen, wenn Sie an mindestens 80 % der Kursstunden teilgenommen haben.
Die Kurse zur Gesundheitsbildung sind grundsätzlich keine therapeutischen Angebote und ersetzen keine Therapie!

„Ich nehme ab“ – Abnehmen und Wohlfühlen mit dem Dauererfolgs-Programm der DGE

Das DGE-Programm zur Gewichtsreduktion baut auf dauerhaften Gewichtserfolg für Gesundheit und Figur. Es ist ein Training, das auf langjährige praktische Erfahrungen aufbaut. Es führt Sie zu einer Ernährungsweise, mit der Sie lernen, Ihr Ernährungsverhalten langfristig umzustellen, um an Gewicht zu verlieren und das zu halten. Besonders empfohlen ist das Konzept für Übergewichtige mit einem BMI zwischen 25 und 30.
Es gibt keine festen Speiseplan-Vorschriften, Punkte- oder Kalorienzählen sondern Anregungen, das Essen nach persönlichen Vorlieben und gleichzeitig ausgewogen zusammenzustellen. Denn nur, wenn der Genuss nicht zu kurz kommt, kann eine angepasste Ernährung dauerhaft gelebt werden.
Informationen zur Bestellung des Kursbuches „ICH nehme ab“ finden Sie unter *http://www.sonja-habermann.de/ina_kursordner/*
„ICH nehme ab“ ist von ÖKO-TEST mit „sehr gut“ ausgezeichnet worden. STIFTUNG WARENTEST vergab die Note „gut“.
Krankenversicherungen übernehmen bei regelmäßiger Teilnahme nachträglich anteilig die Kosten. Bitte informieren Sie sich vorab bei Ihrer Krankenkasse. Heike Körner-Führ ist Dipl. Ökotrophologin, VDOE zertifiziert.

99004R8

Heike Körner-Führ
Dienstag, 18.15 – 19.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
29. September – 22. Dezember
(auch in den Ferien und nicht am 13.10.)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
138 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Darmgesundheit und Immunsystem

„Der Tod wohnt im Darm“ heißt ein Wort der alten erfahrenen naturheilkundlichen Ärzte. Es deutet darauf hin, welch große Bedeutung die Gesundheit unserer Verdauung für unsere Lebenskraft hat.
An zwei Kursabenden beschäftigen wir uns zunächst mit der Funktionsweise unseres Verdauungstraktes und nähern uns mit diesem neu erworbenen Grundverständnis über unsere Verdauung den Möglichkeiten, die jeder Einzelne hat, seinen Magen-Darm-Trakt zu pflegen und zu unterstützen.
Häufig wird damit eine deutliche Besserung des Befindens erreicht. Neben theoretischen Erwägungen werden auch einige praktische Übungen „für den Bauch“ vermittelt, die anschließend mit in den Alltag genommen werden können.
Thomas Feist ist Arzt für Naturheilverfahren.

94009R8
Thomas Feist
Mittwoch, 18.30 – 20.45 Uhr, 2 x 3 Ustd.
2. und 9. Dezember
Haus der VHS
15 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Fit und frisch in den Herbst Schüßler-Salze in Kombination mit Heilpflanzen

Heil- und Küchenpflanzen, kombiniert mit Schüßler-Salzen sind wahre Powerpakete.
Sie versorgen den Körper und die „Seele“ mit wichtigen Nährstoffen, helfen beim Entsäuern und Abnehmen, sorgen für einen guten Schlaf, kräftigen Haut und Haare und sie regen die Sinne durch ihren Duft und ihre Farbe an.
An diesem Abend erhalten Sie Informationen, wie Sie Küchenkräuter, Heilpflanzensäfte, Smoothies oder Kräutertees, kombiniert mit Schüßler-Salzen/Salben bei Befindlichkeitsstörungen, zur Meditation oder im täglichen Alltag einsetzen können.
Kostprobe: Kräutertee und grüne Smoothies.
Hannelore Funk ist Heilpraktikerin und Heilkräuterexpertin.

94010R8
Hannelore Funk
Mittwoch, 18 – 20.15 Uhr, 1 x 3 Ustd.
30. September
Haus der VHS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Einführung in den Säure-Basen-Haushalt

Voraussetzung für Wohlbefinden und Gesundheit ist ein funktionierender Stoffwechsel. Damit die vielfältigen Stoffwechselvorgänge geregelt ablaufen können, kommt es auf ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Säuren und Basen in unserem Körper an.
Ist dieses Verhältnis verschoben, kann es zu verschiedensten Beschwerden und Erkrankungen kommen, von Müdigkeit und Konzentrationsschwäche bis hin zu Verdauungsstörungen sowie Erkrankungen des Knochens, Knorpels oder der Muskulatur. An diesem Abend erfahren Sie

- wie es zu einem Ungleichgewicht zwischen Säuren und Basen im Körper kommt
- wie Sie dieses Ungleichgewicht feststellen können
- was Sie selbst tun können, um Ihren Säure-Basen-Haushalt im Gleichgewicht zu halten.

Bettina Weiss ist Heilpraktikerin und Homöopathin.

94011R8
Bettina Weiss
Mittwoch, 18 – 20.15 Uhr, 1 x 3 Ustd.
14. Oktober
Haus der VHS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ayurveda-Küche für EinsteigerInnen

Lassen Sie sich mitnehmen auf einen Streifzug durch die Grundlagen der ayurvedischen Ernährungsweise, die vorrangig der Bewahrung von Gesundheit und Stärkung einer zuträglichen Lebensweise dient. Sie kann einen Beitrag leisten in der Vorbeugung gegen chronische Zivilisationskrankheiten wie z. B. Diabetes, Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Es erwarten Sie vielfältige Gewürze und Kräuter sowie frische saisonale Lebensmittel aus der Region, die zu einem vegetarischen Menü verarbeitet werden. Beim gemeinsamen Kochen und Verkosten der Mahlzeiten erfahren Sie Wissenswertes zu den Merkmalen und Besonderheiten der Ayurveda-Küche.
Bitte Schreibzeug, ggf. eine Schürze und Behältnisse für „Übriggebliebenes“ mitbringen.
Christina Blank ist Ergotherapeutin, Heilpraktikerin und Ayurveda Medical Consultant.
Lebensmittelumlage von 12 € wird im Kurs eingesammelt.

94012R8
Christina Blank
Samstag, 10.30 – 16 Uhr, 7 Ustd.
10. Oktober
Haus der VHS
21,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Gesund durch den Herbst kommen mit TCM

Der Herbst steht nach der Traditionellen Chinesischen Medizin mit dem Organ Lunge und dem Atemsystem in Verbindung. Sie erhalten an diesem Abend Anregungen, wie Sie Ihre Ernährung auf den Herbst umstellen und mit speziellen Kräutertees und ausgewählten Qigong-Übungen und Selbstmassage die Lunge und das Atemsystem stärken können. In diesem Kurs werden nur allgemeine Tipps gegeben. Es findet keine individuelle Diagnose und Beratung statt. Song Gao ist Heilpraktikerin und Ärztin für TCM.

94013R8
Song Gao
Mittwoch, 18 – 21Uhr, 1 x 4 Ustd.
23. September
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Gesund durch den Winter mit TCM

Der Winter steht nach der Traditionellen Chinesischen Medizin mit dem Organ Niere in Verbindung. Sie erhalten an diesem Abend Anregungen, wie Sie Ihre Ernährung auf den Winter umstellen und mit speziellen Kräutertees und ausgewählten Qigongübungen und Selbstmassage die Niere stärken können. In diesem Kurs werden nur allgemeine Tipps gegeben. Es findet keine individuelle Diagnose und Beratung statt. Song Gao ist Heilpraktikerin und Ärztin für TCM.

94014R8
Song Gao
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 1 x 4 Ustd.
11. November
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Hausmittel, Wickel und Co siehe Seite 37

Hildegard von Bingen siehe Seite 38

Natürliche Hormontherapie siehe Seite 38

Bildungsangebote der MH-Hannover siehe *www.patientenuniversitaet.de*

Die Ernährung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) – Tradition in China, modern im Westen

„Frühstücke wie ein Kaiser, iss zu Mittag wie ein Edelmann und am Abend wie ein Bettler.“ – dieses Sprichwort bringt die Empfehlungen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) für einen gesunden Tagesablauf auf den Punkt. Doch, wie kann diese Empfehlung mit der Esskultur unserer modernen westlichen Welt vereinbart werden?
Am Beispiel der „Fünf Elemente Ernährung“ wird erläutert, wie sich die Prinzipien der TCM auf unseren Alltag übertragen lassen, warum sie zum körperlichen Wohlbefinden und zur nachhaltigen Gesunderhaltung beitragen. So werden Sie z. B. erfahren, warum Ananas und Orangen im Winter Ihre Abwehr eher schwächen statt stärken.
Sie werden erstaunt sein, welch große Wirkung kleine Umstellungen in der Ernährung und im Tagesablauf der Mahlzeiten haben können.
Durch diese Veranstaltung erhalten Sie eine Einführung in die „Fünf Elemente Ernährung“, einen Überblick zu ausgewählten Veröffentlichungen, Diskussionsmöglichkeiten zu Umsetzungsbeispielen im Alltag sowie einige interessante Rezepte für Kaiser, Edelmann und Bettler.
Sybilla Pütz ist Ernährungsberaterin und Yogalehrerin.

94015R8
Sybilla Pütz
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
4. November
Haus der VHS
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Einführung in die mediale Heilung

Wie geschieht Heilung? Wie werden Selbstheilungskräfte aktiviert? Was ist mediale Heilung? Was bewirkt sie?
Die Referentin wird auf diese Fragen eingehen und diverse Wirkungsbereiche der medialen Heilung aufzeigen: z. B. Aufrichtung der Wirbelsäule, Entstörung von Narben, Verstärkung der Sehkraft, Abbau von diversen Süchten.
Mediale Heilung kann uns mit einer ursprünglichen Kraft verbinden, die oft hinter alten Mustern, Schocks, Verletzungen, Krankheiten und Schmerzen verborgen bleibt. Mediale Heilung ist in der heutigen Zeit eine Bereicherung.
Brigitte Göbel ist Dipl. Sozialpädagogin und Heilerin.

94016R8
Brigitte Göbel
Freitag, 16 – 20.45 Uhr , 1 x 6 Ustd. (15 Min.Pause)
2. Oktober
Haus der VHS
16,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Weisheit Afrikas – Heilweisen aus Westafrika

An diesem Abend erhalten Sie eine Einführung in westafrikanische Heilweisen. Was können wir von afrikanischen Heilern lernen? Welche Heilpflanzen gibt es in den Tropen und wie wirken sie? Wie können sie auch bei uns angewendet werden z. B. bei Übergewicht und Diabetes und zur Stärkung des Immunsystems?
Brigitte Göbel, Sozialpädagogin, Coach und Heilerin, berichtet über ihre Erfahrungen mit Heilern aus dem Senegal, Gambia und Guinea-Bissau.

94017R8
Brigitte Göbel
Freitag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
9. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
10,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Hypnose – Magie, Mythos und Realität Möglichkeiten der Nutzung heute

An diesem Abend erhalten Sie einen Einblick in die Möglichkeiten der Hypnosebehandlung wie z. B. bei Raucherentwöhnung, Gewichtsreduktion, Prüfungsangst, Lampenfieber, Stress und räumt mit falschen Vorstellungen über dieses mentale Heilverfahren auf. Sie werden über den Unterschied zwischen Showhypnose und klinischer Hypnose informiert und lernen die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten im Bereich Gesundheit, Beruf, Schule und Lebensgestaltung kennen.
Es besteht die Gelegenheit, Fragen zum Thema zu stellen.
Ewald Stypa ist zertifizierter Hypnose-Coach/ Hypnotiseur (HypnoPlus®).

94018R8
Ewald Stypa
Mittwoch, 18.30 – 20.45 Uhr, 1 x 3 Ustd.
25. November
Haus der VHS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Fußreflexzonenmassage für EinsteigerInnen

Die Fußreflexzonenmassage basiert auf dem Prinzip, dass es Zonen und Reflexpunkte an den Füßen gibt, die jedem Organ unseres Körpers entsprechen. Durch Druckmassage auf die einzelnen Zonen werden Störungen und Spannungen günstig beeinflusst und die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert.
Bitte bringen Sie ein Handtuch, Massagecreme (z. B. Vaseline), Buntstifte und dicke Socken mit.
Karin Olbrich ist Heilpraktikerin und Homöopathin.

94019R8
Karin Olbrich
Freitag, 18 – 21.15 Uhr, Samstag, 10 – 17.15 Uhr, Sonntag, 10 – 13.15 Uhr, 16 Ustd.
15./16./17. Januar 2016
Haus der VHS
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
+ 3 € Bescheinigung

DIE BESONDERE GESCHENKIDEE

Ein Kurs der Volkshochschule Hannover
Die Empfängerin/der Empfänger erhält von Ihnen selbst oder direkt von uns einen Geschenkgutschein, auf Wunsch natürlich mit Ihrem Namen!

Den Geschenkgutschein bestellen oder erhalten Sie in der Geschäftsstelle der Volkshochschule Hannover, Burgstraße 14, 30159 Hannover

Luxus pur: Naturparfüm

Kostbare Pflanzendüfte berühren uns tief, wecken Erinnerung und Assoziationen und schenken uns Gefühle der Freude und des Wohlbefindens. Ein individueller Duft ist so einzigartig wie wir selbst und er verbindet sich auf wunderbare Weise mit unserem eigenen Hautgeruch.
Nach einer Einführung in die Regeln der Parfümherstellung kreieren Sie sich aus der Fülle kostbarer Naturdüfte Ihr ganz persönliches Naturparfüm. Es unterstreicht Ihre individuelle Ausstrahlung, schenkt Ihnen ein Gefühl des Wohlbefindens und den geheimnisvollen Charme des Besonderen!
Kostenbeitrag für 30 ml Flakon individuelles Naturparfüm: 10 €
Dorothea zum Eschenhoff ist Aromaexpertin.

94020R8
Dorothea zum Eschenhoff
Freitag, 17 – 21.30 Uhr, 1 x 5 Ustd.
6. November
Haus der VHS, Burgstr. 14
12,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Stimmungszauber und Gaumenfreuden für die Weihnachtszeit

Warme, entspannende Düfte, wie z. B. Vanille, Tonka oder Mandarine zaubern in der Weihnachtszeit eine wohlige Atmosphäre im Haus. Badesalze, Körperöle, Raumsprays können einfach selbst hergestellt werden.
In der Aromaküche sind Ingwer - Zimt - Honig oder Orangenmarzipan, mit ätherischen Ölen verfeinert, exquisite Gaumenfreuden und wunderbare Geschenke.
Lassen Sie sich überraschen von vielen weihnachtlich-duftenden Rezepten!
Gemeinsam mischen wir ein weihnachtliches Raumspray.
Materialkosten für 50 ml Raumspray: 5,50 €.
Dorothea zum Eschenhoff ist Aromaexpertin.

94021R8
Dorothea zum Eschenhoff
Dienstag, 19.30 – 21.45 Uhr, 1 x 3 Ustd.
24. November
Haus der VHS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Region Hannover e. V. zu Themen wie **Brustgesundheit, Wechseljahre, Individuelle Gesundheitsleistungen in der Gynäkologischen Praxis** u. a. siehe Seite 37

GESUNDHEIT
UMGANG MIT KRANKHEIT

Arthrose homöopathisch behandeln

Die Arthrose gilt als Volkskrankheit. Die Schulmedizin bezeichnet diesen Prozess als unheilbar. An diesem Abend werden Hilfestellungen bzgl. Ernährung, Alternativmedizin, Lebensweise, Sport, Vorbeugung und vieles mehr gegeben, um mit dieser Diagnose möglichst schmerzfrei zu leben.
Ruth Frings ist Ärztin und Homöopathin.
Für Fotokopien werden im Kurs 3 € eingesammelt.

94022R8
Ruth Frings
Mittwoch, 18 – 20.15 Uhr, 1 x 3 Ustd.
18. November
Haus der VHS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Bildungsurlaub für pflegende Angehörige, ehrenamtlich Tätige und professionell Pflegende

Umgang mit Demenzkranken

In dieser Woche erwerben Sie Kenntnisse über das Krankheitsbild Demenz sowie über hilfreiche Verhaltensweisen im Umgang mit Betroffenen. Sie erhalten Einblick in schwierige Situationen von pflegenden Angehörigen sowie professionell Pflegenden und bekommen einen Überblick über mögliche Entlastungsangebote. Zudem werden verschiedene Therapieansätze vorgestellt und eigene Wertvorstellungen und Sichtweisen von „normalem, unauffälligem“ Verhalten diskutiert.
Ulrike Moes ist Dipl. Sozialpädagogin und in der Demenzberatung tätig. Das Seminar ist auch anerkannt nach § 45 b SGB XI als Fortbildungsmaßnahme. Es findet in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Hannover e. V. statt.

94X51R8
Ulrike Moes
Montag – Freitag, 9 – 16.30 Uhr, 40 Ustd.
21. – 25. September
Haus der VHS
145 €

Demenzhelferin siehe Seite 202

Interkulturell kompetentes Handeln in Gesundheit und Pflege siehe Seite 53

vhsConcept-Lehrgang Suchtkrankenhelferin siehe Seite 201

Lehrgang HeilpraktikerIn für Psychotherapie siehe Seite 202

GESUNDHEIT
KÖRPERERFAHRUNG UND BEWEGUNG

Rückentraining
Rückenfit mit e-Co@ching

Sie wollen etwas für einen gesunden Rücken tun und Rückenschmerzen vorbeugen? In dem internetgestützten Kurs lernen Sie gelenkschonende Übungen, die Ausgleich für Bewegungsmangel und einseitige Belastung des (Berufs-) Alltags schaffen. Ihre Trainerin betreut Sie persönlich und online. Sie erhalten einen individuellen Trainingsplan für Ihr Training zuhause, mit exakter Belastungssteuerung und genauer Übungsbeschreibung, den Sie jederzeit über das Internet abrufen können. Das Training ist interaktiv gestaltet: Sie melden die von Ihnen empfundene Anstrengung oder eventuell aufgetretene Schmerzen zurück und Ihr Trainingsplan wird für jeweils jede Trainingseinheit angepasst.
In der dreimonatigen Trainingsphase (Sie sollten mindestens zweimal wöchentlich ca. 1 Stunde zuhause trainieren) finden drei Präsenztermine statt. Der 1. Präsenztermin in der Gruppe dient dem Erstellen des Trainingsplans und der Einführung in das Übungsprogramm. Sie erhalten Ihr Login für die Online-Plattform und weitere Kurs-Details. Bei den Präsenzterminen in der Halbzeit und am Ende der Trainingsphase wird die Übungsausführung überprüft und ggf. korrigiert. Sie können persönlich mit Ihrer Trainerin und in der Gruppe Fragen besprechen. Außerdem erfahren Sie, wie Sie z. B. mit Risikofaktoren umgehen, akute Rückenschmerzen bewältigen und mit mehr körperlicher Aktivität Schmerzauslöser reduzieren können. Methoden: Funktionelle Rückengymnastik, Dehnungs- und wohltuende Entspannungsübungen, die ein positives Körper- und Leistungsgefühl fördern.
Bitte fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach, ob Sie die Kursgebühr ggf. bezuschusst.
Falls Sie unter akuten Rückenschmerzen leiden, ist vor Kursbeginn die Rücksprache mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt sinnvoll.
Bitte bringen Sie zu den Präsenzterminen bequeme Kleidung und Wolldecke mit.
Andrea Worat ist Ergotherapeutin mit Rückenschullizenz. Der Kurs wird in Kooperation mit der Leine-VHS, der VHS Calenberger Land und dem Gesundheitssportanbieter medi*train* durchgeführt.

99006R8
Andrea Worat
Präsenztermine:
Samstag, **10. Oktober,** 10 – 12 Uhr
Samstag, **21. November**, 10 – 12 Uhr
Samstag, **23. Januar 2016,** 10 – 12 Uhr, 8 Ustd.
Haus der VHS
130 € bei 8 – 11 TN, 101 € ab 12 TN
jeweils inkl. 50 € MotionNet-Lizenzkosten

Ich beweg mich – Rückenfit Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Gut für – alle, die Ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal.
Diese Kurse orientieren sich an dem VHS-Buchkonzept „Rückhalt – Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken“ (Klett-Verlag) und der Neuen Rückenschule. Die Kurse sind nicht geeignet für Teilnehmer/innen mit akuten Beschwerden.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe mit.
Andrea Worat ist Ergotherapeutin mit Rückenschullizenz. →

→

99007R8
Andrea Worat
Montag, 17.15 – 18.15 Uhr, 10 x 60 Min.
21. September – 7. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
36 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

99500R8
Andrea Worat
Montag, 17.15 – 18.15 Uhr, 9 x 60 Min.
18. Januar – 14. März 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

99008R8
Thomas Jatho
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
30. September – 16. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Rückhalt – Präventive Wirbelsäulengymnastik

Neben funktionellen Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur des Rückens soll in diesen Kursen der Spaß an der Bewegung nicht zu kurz kommen. Vielfältige Übungen zur Mobilisation der Gelenke, sowie Koordinations-, Gleichgewichts- und verschiedene Entspannungsübungen runden das Programm ab. Hinzu kommen auf Wunsch Tipps und Anregungen für rückenfreundliches Verhalten im Alltag. Die Kurse sind nicht geeignet für Teilnehmer/innen mit akuten Beschwerden. Die vorherige Teilnahme an einem Rückenschulkurs wäre sinnvoll, ist aber nicht Voraussetzung.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe mit.
Thomas Jatho ist Sportlehrer (HL) mit Rückenschullizenz.

96017R9
Thomas Jatho
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 8 x 2 Ustd.
30. September – 16. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Funktionelle Gesundheitsgymnastik am Vormittag

„Wer rastet, der rostet!“ Fit, mobil und schwungvoll bleiben

Zum Erhalt von Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfreude ist es wichtig sich zu bewegen. In diesem Kurs lernen Sie eine Reihe abwechslungsreicher Übungen kennen, mit denen Sie sanft, aber trotzdem wirkungsvoll Muskelkraft und Beweglichkeit steigern, Verspannungen und Haltungsschäden vorbeugen und den Kreislauf und Stoffwechsel anregen können. Außerdem erhalten Sie Tipps, die sich ganz einfach in Ihren Alltag integrieren lassen. Die Kurse sind nicht geeignet für Teilnehmer/innen mit akuten Beschwerden.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe mit.
Andrea Worat ist Ergotherapeutin mit Rückenschullizenz.

96018R9
Andrea Worat
Dienstag, 11 – 12 Uhr, 11 x 1 Zstd.
15. September – 8. Dezember
Haus der VHS
39,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96500R9
Andrea Worat
Dienstag, 11 – 12 Uhr, 9 x 1 Zstd.
19. Januar – 15. März 2016
Haus der VHS
32,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Bildungsurlaub

Rückhalt: den Rücken stärken und entlasten mit Unterstützung von Qigong

99X14R8
Gabriele Schulz
Montag – Freitag, 9 – 17 Uhr, 40 Ustd.
19. – 23. Oktober
Seminarzentrum, Rumannstr. 15
165 €

Bildungsurlaub

Rückhalt: den Rücken stärken und entlasten mit Unterstützung der Feldenkrais-Methode

99X13R8
Montag – Freitag, 9 – 17 Uhr, 40 Ustd.
26. – 30. Oktober
Haus der VHS
160 €

Nähere Informationen
siehe BU-Broschüre 2015

Wirbelsäulen-Gymnastik in Misburg

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Die Kurse sind nicht geeignet für Teilnehmer/innen mit akuten Beschwerden.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Turnschuhe, Matte und Handtuch mit.
Anne Muhle ist Physiotherapeutin.

96020R9
Anne Muhle
Mittwoch, 17.15 – 18.45 Uhr, 13 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
(nicht am 24.10.)
Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstr. 20
65 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96501R9
Anne Muhle
Mittwoch, 17.15 – 18.45 Uhr, 8 x 2 Ustd.
27. Januar – 16. März 2016
Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstr. 20
40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Älter werden, aktiv bleiben (Sitzgymnastik) siehe Seite 34

Zumba® siehe Seite 39

Orientalischer Bauchtanz siehe Seite 39

Ballett und Tanz für Frauen 40+ siehe Seite 38

Griechischer Volkstanz siehe Seite 109

Ich beweg’ mich – Lauf Basics Schritt für Schritt zu mehr Ausdauer

Gemeinsam mit anderen ist es viel einfacher, gute Vorsätze umzusetzen. In diesem Kurs werden Sie die positiven Wirkungen des Laufens erleben und viel über den für Sie geeigneten Laufstil, individuelle Trainingssteuerung sowie gesundheitliche Hintergründe erfahren. Ein sanftes Dehnprogramm rundet das Ganze ab. So können Sie typische Anfängerfehler vermeiden und sich entsprechend Ihrer Fortschritte werden die Laufzeiten langsam erhöht. Gut für – alle, die ihre Ausdauer verbessern möchten und auf sanfte Weise ins Laufen einsteigen möchten.
Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung, Laufschuhe, etwas zu trinken.
Thomas Jatho ist Sportlehrer (HL).

96022R9
Thomas Jatho
Samstag, 11 – 12.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
26. September – 5. Dezember (auch am 3.10., nicht am 17.10. + in den Herbstferien)
Treffpunkt: Ecke Gustav-Brandt-Str./Mainzer Str.
40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
Ein Vormittag für Frauen

Der Beckenboden – Das weibliche Kraftzentrum

An diesem Vormittag lernen Sie Übungen zur Stärkung des Beckenbodens kennen sowie zur Entlastung und Entspannung. Tipps zum richtigen Einsatz des Beckenbodens im Alltag wie z. B. beim Heben, Tragen und beim Sport runden das Programm ab.
Bitte bringen Sie bequeme Übergangskleidung, warme Socken, Pulli und eine Decke mit.
Sina Bremer ist Fitness- und Antistress-Trainerin sowie Yogalehrerin.

99011R8
Sina Bremer
Samstag, 10 – 14 Uhr, 1 x 5 Ustd.
7. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
15 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Der Physiker und Judo-Meister Moshe Feldenkrais (1904 – 1984) ging davon aus, dass jede/r – unabhängig von Alter und Gesundheitszustand – in der Lage ist, Bewegungsmuster zu erkennen und zu erweitern.
Hierzu hat er eine Methode entwickelt, bei der Sie meist im Liegen Bewegungen überwiegend langsam und leicht ausprobieren. Dies führt häufig zur Verbesserung der Bewegungskoordination und darauf aufbauend zu leichteren, angenehmeren, vielfältigeren und ggf. schmerzreduzierten Bewegungen und Haltungen.
Die Ausübung der Methode ist sehr entspannend und führt zu mehr körperlicher und geistiger Flexibilität. Bitte bringen Sie eine Decke, Kissen und warme Kleidung mit.
Christoph Gruber ist Feldenkraislehrer.

95010R8
Christoph Gruber
Montag, 18 – 19.15 Uhr, 11 x 75 Min.
21. September – 14. Dezember
(nicht in den Herbstferien)
Haus der VHS
49,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95500R8
Christoph Gruber
Montag, 18 – 19.15 Uhr, 9 x 75 Min.
18. Januar – 14. März 2016
Haus der VHS
40,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95011R8
Christoph Gruber
Montag, 19.30 – 20.45 Uhr, 11 x 75 Min.
21. September – 14. Dezember
(nicht in den Herbstferien)
Haus der VHS
49,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95501R8
Christoph Gruber
Montag, 19.30 – 20.45 Uhr, 9 x 75 Min.
18. Januar – 14. März 2016
Haus der VHS
40,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Feldenkrais – Übungen für Rücken, Schultern und Nacken

Durch falschen Gebrauch ermüden die Muskeln, die natürliche Beweglichkeit, Aufrichtung und Haltung verliert sich. Verspannungen, Schmerzen oder Müdigkeit sind die Folge. Feldenkrais-Übungen bringen sie wieder in ein natürliches Gleichgewicht und Zusammenspiel.
Dieses Tagesseminar ist auch sehr gut geeignet für Menschen, die viel am PC arbeiten.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Socken mit. Decken sind vor Ort.
Manus Terbeek ist Feldenkrais-Lehrer.

95012R8
Manus Terbeek
Sonntag, 10 – 17.30 Uhr, 1 x 9 Ustd.
18. Oktober
Seminarzentrum, Rumannstr. 15
30,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

♀ Entspannt und beweglich im Herbst Ein Entdeckungs- und Schnuppertag für Frauen mit der Feldenkrais Methode

An diesem Tag können Sie in angenehmer Atmosphäre mit anderen Frauen etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Beweglichkeit tun, Verspannungen und Stress abbauen und neue, sanfte Bewegungsmöglichkeiten mit Hilfe von Feldenkrais-Übungen kennen lernen. Finden Sie Ihren individuellen Weg zu mehr Leichtigkeit und mehr (Bewegungs-)Freiheit oder tun Sie einfach Ihrem Rücken etwas Gutes!
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und Verpflegung mit.
Tamara Dietrich ist Sozialpsychologin (M.A.) und Feldenkrais-Lehrerin.

95013R8
Tamara Dietrich
Sonntag, 10 – 15.45 Uhr, 1 x 7 Ustd.
5. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ich beweg mich – Pilates Das sanfte Training bringt schnelle Erfolge!

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren.
Gut für – alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig! In jedem Alter geeignet!
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Decke, Handtuch, flaches Kissen
Carla Israel ist Tanzpädagogin und Pilatestrainerin. Nikolas Moreno Lorite ist Physiotherapeut und Pilatestrainer.

96035R9
Carla Israel
Montag, 11.45 – 13 Uhr, 11 x 75 Min.
14. September – 7. Dezember
Haus der VHS
52,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96503R9
Carla Israel
Montag, 11.45 – 13 Uhr, 9 x 75 Min.
11. Januar – 7. März 2016
Haus der VHS
43,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96036R9
Nikolas Moreno Lorite
Donnerstag, 17.20 – 18.20 Uhr, 12 x 1 Zstd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
43,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96504R9
Nikolas Moreno Lorite
Donnerstag, 17.20 – 18.20 Uhr, 10 x 1 Zstd.
14. Januar – 17. März 2016
Haus der VHS
36 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

96037R9
Carla Israel
Freitag, 10 – 11.15 Uhr, 11 x 75 Min.
18. September – 11. Dezember
Haus der VHS
52,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

→

→

96505R9
Carla Israel
Freitag, 10 – 11.15 Uhr, 8 x 75 Min.
15. Januar – 11. März 2016
Haus der VHS
38,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

GESUNDHEIT
KÖRPERARBEIT UND ENTSPANNUNG

Stressbewältigung mit Yoga
Gelassenheit und Energie im Alltag

Die wunderbar beruhigende und ausgleichende Wirkung von Yoga überträgt sich auf unseren Alltag und stärkt uns so für das Leben.
Dadurch können wir besser mit Stress umgehen. Durch leichte aktive und passive Übungen wird das Nervensystem ausbalanciert und so kann sich wieder mehr innere Ruhe und Ausgeglichenheit entwickeln. Dies lässt uns stressresistenter in unserem manchmal sehr hektischen Leben werden. So können stressbedingte Symptome auf körperlicher und seelischer Ebene gelindert und vorgebeugt werden.
Wir verwenden dafür leichte Yogaübungen (Asanas), Atemübungen für innere Ruhe und Erhöhung des Energielevels, Achtsamkeitsschulung und Tiefenentspannung. Sie lernen verschiedene Entspannungstechniken wie Yoga Nidra, Progressive Muskelentspannung (PMR), Autogenes Training, Atementspannung und einfache Meditationstechniken kennen und erfahren ihre Wirkung. Hintergrundinformationen runden den Kursinhalt ab. Der Unterricht basiert auf dem VHS-Buchkonzept „Ruhepunkte- Hilfen gegen Stress“ (Klett-Verlag).
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.
Sina Bremer ist Fitness- und Anti-Stress-Trainerin sowie Yogalehrerin.

95015R8
Sina Bremer
Dienstag, 19.50 – 21.20 Uhr, 10 x 2 Ustd.
22. September – 1. Dezember
Haus der VHS
64 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95503R8
Sina Bremer
Dienstag, 19.50 – 21.20 Uhr, 8 x 2 Ustd.
19. Januar – 8. März 2016
Haus der VHS
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Stressbewältigung mit Progressiver Muskelentspannung (nach Jacobsen)

Im Alltag entspannen mit Progressiver Muskelentspannung

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson ist eine einfache und wirksame Entspannungsmethode zum gezielten Stressabbau. Durch systematische An- und Entspannung der Muskulatur können Sie Ihr Körpergefühl verbessern, verspannte Muskeln lockern und mehr Gelassenheit erreichen. Entspannungsübungen tragen dazu bei, mit Stresssituationen und Ängsten gelassener umzugehen oder einfach im Alltag mal abzuschalten. Gut für - alle, die eine leicht handhabbare Methode suchen, um mit Stress umzugehen. Ideal auch für Menschen, die eher durch Aktivität in die Entspannung finden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Decke mit. Dieses Angebot ist von den Krankenkassen als erstattungsfähiger Präventionskurs nach § 20 SGB V anerkannt.
Marion Schömburg ist Dipl. Psychologin und Trainerin für Progressive Muskelentspannung.

95016R8
Marion Schömburg
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
22. September – 10. November
Seminarzentrum, Rumannstr. 15
62,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Grundkurs

Autogenes Training

Das AT nach Prof. J.H. Schultz ist eine wissenschaftlich nachgewiesene wirkungsvolle Entspannungstechnik, die eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele fördert. Diese Methode ist daher gut geeignet als Maßnahme zur Stressbewältigung, Entspannung, Konzentrationsförderung und Schmerzlinderung. In diesem Kurs erlernen Sie Schwere- und Wärme-, Atem-, Herz-, Kopf- und Solar-Plexus-Übungen. Grundvoraussetzung für den Erfolg ist die Bereitschaft zum täglichen etwa 10-minütigen Wiederholen und zur regelmäßigen Teilnahme am Kurs.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit. Decken sind vor Ort. Dieses Angebot ist von den Krankenkassen als erstattungsfähiger Präventivkurs nach § 20 SGB V anerkannt.
Marion Schömburg ist Dipl. Psychologin und Trainerin für Autogenes Training.

95017R8
Marion Schömburg
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
24. November – 2. Februar 2016
Seminarzentrum, Rumannstr. 15
62,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Massage für den Rücken und Schulter-Nackenbereich im Ayurveda-Kalari-Stil

Sich gegenseitig Aufmerksamkeit schenken und aktive Gesundheitspflege betreiben: Dafür ist die aus Südindien stammende „Ayurveda-Kalari-Massage“ mit wohltuenden Kräuterölen bestens geeignet. Nach einem Überblick über die Entstehungs- und Wirkungsweise der Massage und der verwendeten Öle, haben Sie im praktischen Teil genügend Raum sich etwas Gutes zu tun, um für die innere Balance und Wohlbefinden zu sorgen. Mit sanften bis druckvollen Ausstreichungen und gezielten Griffen werden die Vitalpunkte und Energiebahnen entlang der Wirbelsäule, des Beckens und Schulter-Nackenbereichs stimuliert und hinterlassen ein entspannt-gekräftigtes Körpergefühl. Ergänzt wird das Programm durch leichte Bewegungs- und Dehnübungen, die Sie auf die Massage einstimmen möchten und ihre Wirkung abschließend unterstreichen. Massageöle zum Kennlernen und eine Kurzanleitung für die Massage zuhause sind im Preis enthalten. (Anmerkung: Die Kräuteröle haben einen ungewohnten Geruch, somit kann auch gerne ein eigenes Massageöl mitgebracht werden).
Bitte mitbringen: 1 großes und mittleres Handtuch, Schreibzeug, das Tragen bequemer Kleidung wird empfohlen; Massageliegen stehen vor Ort zur Verfügung.
Christina Blank ist Ergotherapeutin, Heilpraktikerin und Ayurveda Medical Consultant.

95018R8
Christina Blank
Samstag, 10.30 – 16.45 Uhr, 7 Ustd.
7. November
Haus der VHS
21,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt (pro Person)

Kindermassage siehe Seite 59

Touch for Health – Einstiegskurs in Kinesiologie: Gestresst? Keine Energie? Nicht im Gleichgewicht?

Touch For Health® hilft Ihnen, den Stress auszugleichen, Energie zu tanken und Balance herzustellen! Es ist eine Selbsthilfemethode zur Gesundheitsvorsorge, welche von John F. Thie aus der Angewandten Kinesiologie entwickelt wurde. Touch for Health enthält Elemente aus Chiropraktik, Kinesiologie, Akupressur und Ernährungswissenschaft. In diesem Kurs lernen Sie sicheres, präzises Muskeltesten als Körpereigenes Feedback auf Stressoren des Alltags und ihre Auswirkung auf das Energiesystem des Körpers. Ein gleichmäßiger Energiefluss des Meridiansystems im Körper ist Voraussetzung für unser Wohlbefinden.
Durch das Testen von 14 verschiedenen Muskeln wird der Energiefluss der 14 Grundmeridiane festgestellt. Gezielte, leichte Übungen verhelfen den Meridianen zu kraftvollem Fluss, wenn Ungleichgewichte bestehen. Sie lernen mit Touch for Health einen leichten Weg, der zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit führt!
Birte Heissenberg ist Begleitende Kinesiologin DGAK, International zertifizierte Lehrerin für Kinesiologie, Stimmpädagogin und Heilpraktikerin. Ludwig Thöle ist Begleitender Kinesiologe DGAK, Atem-, Sprech- und Stimmlehrer und international zertifizierter Lehrer für Kinesiologie.
Für Skript und Urkunde werden im Kurs 14 € eingesammelt.

95019R8
Birte Heissenberg oder Ludwig Thöle
Freitag, 19 – 21.15 Uhr
Samstag, 10 – 18.15 Uhr
Sonntag, 10 – 16 Uhr, 20 Ustd.
9. – 11. Oktober
Haus der VHS
100 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Fünf Schritte zum Wohlbefinden – Einführung in die Kinesiologie

Sie wollen sich rundum wohlfühlen und dieses gute Gefühl auch halten können?
Das Erlernen der Fünf Schritte zum Wohlbefinden kann Sie darin unterstützen. Dazu gehören Muskeltesten und Noticing, die Grundhandwerkszeuge der Kinesiologie, die eingesetzt werden, um Blockaden und deren Ursachen zu finden und passende unterstützende Maßnahmen zu ermitteln. Mit sich selbst Schritt halten, das PACE, ist der erste von Fünf Schritten zum Wohlbefinden, der es Ihnen möglich macht, sich auf Ihrem eigenen Weg und in Ihrem eigenen Tempo zielorientiert zu entwickeln. Im Anschluss lernen Sie die weiteren Schritte kennen und zu gehen.
Dieser Kurs soll neugierig machen auf sich selbst und erfordert keine Vorerfahrungen. Er wendet sich an alle Menschen, die sich selbst unterstützen wollen, und an TherapeutInnen und BeraterInnen.
Birte Heissenberg ist Begleitende Kinesiologin DGAK, International zertifizierte Lehrerin für Kinesiologie, Stimmpädagogin und Heilpraktikerin. Ludwig Thöle ist Begleitender Kinesiologe DGAK, Atem-, Sprech- und Stimmlehrer und international zertifizierter Lehrer für Kinesiologie.

95020R8
Birte Heissenberg oder Ludwig Thöle
Sonntag, 9.30 – 16.30 Uhr, 1 x 8 Ustd.
15. November
Haus der VHS
25,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Einfach klopfen! Gelöst – entlastet – befreit durch Klopfakupressur. Eine Einführung in die Energetische Psychologie (AEP)

Kennen Sie das Gefühl von Aufregung, Frustration, Angst vor besonderen Situationen wie z. B. vor einer Prüfung, einem Vorstellungsgespräch oder einer Aussprache? Den berüchtigten Schlag in die Magengrube oder den stockenden Atem bei Schreck oder dem alltäglichen „Zuviel“? Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Sie auf der Leitung stehen und Dinge leichter gehen könnten? In diesem Seminar lernen Sie die Arbeit mit Energiefeldern kennen. Statt am Problem orientiert dasselbe zu lösen versuchen, wird in der Energy Psychology (AEP) nach Fred Gallo das energetische Phänomen hinter dem Stress angegangen. Durch leichtes Klopfen auf Meridianpunkte wandeln sich Themen auf energetischem Wege – eine leichte Art, das eigene Wohlergehen in die eigenen Hände zu nehmen. Diese Arbeit wirkt bei Menschen jedes Alters – und kann von jedem in jeder Situation angewandt werden. Klopfen Sie sich frei von unangenehmen Gefühlen und schaffen Platz für Gelassenheit, Freude, Vertrauen, Mitgefühl, Entspannung, Sicherheit und Ausgeglichenheit!
Birte Heissenberg ist Begleitende Kinesiologin DGAK, international zertifizierte Lehrerin für Kinesiologie, Heilpraktikerin und Stimmpädagogin.
Skript für 10 € im Kurs erhältlich

95021R8
Birte Heissenberg oder Ludwig Thöle
Freitag, 15 – 20.45 Uhr, 1 x 7 Ustd.
13. November
Haus der VHS
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

95505R8
Birte Heissenberg oder Ludwig Thöle
Freitag, 15 – 20.45 Uhr, 1 x 7 Ustd.
15. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
22,40 + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Flugangst besiegen – Klopf Dich frei und flieg!

Dieses Seminar richtet sich an Menschen mit Flugangst. Ein Flugkapitän a. D. wird Ihnen die technischen Abläufe des Fliegens anschaulich erläutern. Geräusche, kleine Filme und Experimente werden Ihnen verständlich machen, welchen Rahmenbedingungen Sie während des Fliegens begegnen.
Im zweiten Teil erlernen Sie die „Klopfakupressur" der Energetischen Psychologie. Dies ist eine Selbsthilfetechnik, die es Ihnen ermöglicht, Ängste und Stress deutlich zu reduzieren. Die Methode basiert auf der Theorie der Meridiane und nutzt die Akupunkturpunkte für die Selbstbehandlung. Damit haben Sie ein Werkzeug zur Hand, das Sie vor und während des Fluges nutzen können.
Michael Beretz ist Flugkapitän a. D.,
Angela Wilhelm ist Dipl. Päd. und Heilpraktikerin.

99010R8
Michael Beretz, Angela Wilhelm
Samstag, 9.30 – 18 Uhr, 1 x 10 Ustd.
26. September
Haus der VHS
80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Balancierter Kiefer – Balancierter Körper R.E.S.E.T.

Wer kennt nicht den angespannten Kiefer am Morgen oder das sprichwörtliche „Zähne zusammenbeißen" wenn es sein muss? Spannung im Kiefer ist oft Ursache verschiedenster Symptome im ganzen Körper. Löst man hier diese Spannung, lösen sich i. d. R. auch die damit bisher nicht in Verbindung gebrachten anderen Symptome. Dieses kann geschehen durch R.E.S.E.T. Es ist eine Entspannungsmethode nach Phillip Rafferty, welche sowohl sanft die Kiefermuskeln entspannt, als auch das Kiefergelenk ausgleicht.
Das Kiefergelenk ist über die Schädelknochen und die harte Hirnhaut (Dura mater) mit dem Becken und gesamten Wirbelkanal verbunden. Das entspannte und damit flexibilisierte Kiefergelenk hat damit direkte Auswirkung auf Muskeln, Bänder und Sehnen des gesamten Körpers und trägt so zu Entspannung und Flexibilisierung des gesamten Menschen bei.
R.E.S.E.T. kann eingesetzt werden bei: Kiefer-, Rücken-, Schulter- und Nackenproblemen; verspannten Kiefermuskeln; Kiefergelenksgeräuschen (z. B. Kieferknacken); Lernschwierigkeit; Konzentrationsprobleme; Ohrgeräuschen; Kniebeschwerden.
Die R.E.S.E.T. Entspannungsmethode arbeitet mit energetischen Entspannungsübungen, welche gleichzeitig eine Selbstheilungsmethode darstellen. Die Übungen lassen sich sehr gut bei sich selbst, aber auch bei anderen anwenden.
Birte Heissenberg ist Begleitende Kinesiologin DGAK, International zertifizierte Lehrerin für Kinesiologie, Stimmpädagogin und Heilpraktikerin.
Ludwig Thöle ist Begleitender Kinesiologe DGAK, Atem-, Sprech- und Stimmlehrer und international zertifizierter Lehrer für Kinesiologie.

95022R8
Birte Heissenberg oder Ludwig Thöle
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 1 x 4 Ustd.
7. Oktober
Haus der VHS
12 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Lachyoga – Lachen ohne Grund

Lachen stärkt das Immunsystem, fördert die Kreativität und das soziale Miteinander. Lachen hilft Konflikte zu lösen und macht fit im Beruf und Alltag. Intensives Lachen verändert unser Denken und macht uns zu einem rundum positiven Menschen. Lachen ist mehr als nur lustig sein. Wer viel lacht ist glücklicher und erfolgreicher, denn intensives Lachen schaltet im Gehirn Glückssignale, ist schmerzstillend und stärkt das Immunsystem. Lachen hat positive Auswirkungen auf die Selbstheilungskräfte und gibt uns in Krisenzeiten Stärke. Lachen ist eine Methode um Stress abzubauen. Lachen Sie mit mir und nehmen diese positiven Momente mit in Ihren Alltag.
Bitte warme Socken, große Flasche stilles Wasser und etwas zu essen mitbringen
Marion von Appen ist Präventologin und Lachtrainerin.

95023R8
Marion von Appen
Sonntag, 10 – 15 Uhr, 1 x 6 Ustd.
27. September
Haus der VHS
22,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Augenentspannungstraining zur Stärkung der Sehkraft

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, deren Sehvermögen stark belastet ist. Intensive Bildschirmarbeit, konzentriertes Lesen, Stress, eingeschränkte Bewegungsmöglichkeiten des Blickes und körperlicher Bewegungsmangel beanspruchen unsere Augen übermäßig stark.
Die Symptome: müde, brennende Augen, trockene Augen, nachlassende Sehstärke. Eine Brille ist nur ein Hilfsmittel, um mit einer Sehschwäche besser zu leben, die eigentliche Ursache der Augenfehlfunktion behebt sie nicht.
Im Seminar lernen Sie Ihre Sehfähigkeit zu verbessern durch Augengymnastik, Akupressur, naturheilkundliche Anwendungen, Stress zu reduzieren und ihre visuelle Energie freizusetzen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Decke mit.
Renate Brunotte ist Trainerin für bioenergetische Körperarbeit und Augenschulung.

95024R8
Renate Brunotte
Samstag, 10 – 17.45 Uhr, 1 x 9 Ustd.
26. September
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
27 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Achtsamkeit im Alltag – Mindfulness Based Stress Reduktion (MBSR)

Viele Menschen erleben ihre täglichen Herausforderungen und Erfahrungen als belastend und fühlen sich oftmals getrieben, unzufrieden und erschöpft.
MBSR ist eine Methode zur Stressbewältigung, die vom amerikanischen Mediziner Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn vor über 30 Jahren entwickelt wurde. Durch die Schulung der Achtsamkeit, das bewusste Wahrnehmen jedes Augenblicks, können unsere gewohnheitsmäßigen Reaktionen und Handlungsweisen deutlich werden und wir erhalten die Möglichkeit, Dinge neu zu bewerten und alternative Handlungsweisen zu erlernen und zu entdecken. Dies ist eine wirksame und konkrete Methode, Stress abzubauen und Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern. Das regelmäßige Praktizieren der im Seminar erlernten Übungen ist die Voraussetzung dafür, eine stabile Achtsamkeitspraxis zu entwickeln. Wichtig ist daher die Bereitschaft, die erlernten Achtsamkeitsübungen zunehmend in den eigenen Alltag zu integrieren.
Christine Sprenger ist Dipl. Sozialpädagogin, Mediatorin (BM), Coach, MBSR-Lehrerin/Achtsamkeitstrainerin.

95025R8
Christina Sprenger
Samstag, 10 – 17 Uhr,
Sonntag. 9 – 16 Uhr, 16 Ustd.
19./20. September
Haus der VHS
64 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Gesundheitsselbstmanagement 45+
Bildungsurlaub 99X19R8 • 26. – 30. Oktober
Nähere Informationen siehe BU-Broschüre 2015

Stressbewältigung in Konfliktsituationen siehe Seite 56

Gesunde Kommunikation siehe Seite 55

Visualisieren lernen – Wie wir über den Umgang mit inneren Bildern und Ressourcen unsere Selbstheilungskräfte stärken können

Möchten Sie lernen, Stress- und Erschöpfungszustände rechtzeitig zu erkennen und zu vermeiden? Auch in herausfordernden Situationen besser entspannen zu können? Aufmerksamer für die Stimme Ihres Körpers und Ihrer Intuition zu werden und auf Ihr Bauchgefühl zu hören?
Gemäß den Erkenntnissen der Gehirnforschung haben unsere inneren Bilder einen großen Einfluss auf unsere psychische und physische Widerstandsfähigkeit (Resilienz). Wenn wir sie als innere Ressource verstehen lernen, können wir unsere körperliche und seelische Gesundheit positiv beeinflussen. Wir werden liebevoller, kraftvoller und stimmiger mit uns selbst.
In diesem Kurs lernen wir die Anwendung von verschiedenen Arten von Visualisierungstechniken zur Stärkung der Selbstheilungskräfte.
Sie lernen:

- Ihre ganz persönlichen inneren Kraftplätze zu gestalten
- bewusst zu entspannen und ein Gefühl innerer Sicherheit aufzubauen
- über Vorstellungsübungen den Körper zu energetisieren
- Körperteile und Organen zu befragen, um Hinweise auf Fehlfunktionen und Überlastungen zu bekommen
- mit inneren Ratgebern liebevoll Probleme zu betrachten und zu lösen

Beide Workshoptage beinhalten eine Mischung aus Theorie- und Praxisanteil mit Partnerübungen, außerdem Energie- und Bewegungsübungen. Die Meditationen erfolgen zu entspannender Musik. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.
Susanne Westphal-Gärtner ist Heilpraktikerin mit Zusatzqualifikationen in Visualisierungs- und Imaginations-Arbeit.

95026R8
Susanne Westphal-Gärtner
Samstag, 10 – 18 Uhr,
Sonntag, 10 – 16.15 Uhr, 16 Ustd.
10./11. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Atem und Stimme siehe Seite 54

Anhalten und Innehalten siehe Seite 37

Burnout siehe Seite 49

Stress lass nach! Eine Einführung ist das Stressmanagement nach Prof. Kaluza

Stress entsteht im Kopf. Wie wir Situationen wahrnehmen und bewerten, hat großen Einfluss darauf, ob es zu Stress kommt oder nicht. Zur persönlichen Stresskompetenz gehört es daher, eigene Stress verschärfende Denkmuster und Einstellungen zu erkennen und förderliche Gedanken zu entwickeln. Im Seminar lernen wir Übungen des Mentaltrainings kennen. Anhand von konkreten Stresssituationen aus dem Alltag erarbeiten wir Problemlösestrategien zur Bewältigung äußerer Anforderungen. Vermittelt wird auch Handwerkszeug zur regenerativen Stresskompetenz, damit wir mehr Genuss, Lebensfreude und Gelassenheit in unseren Alltag integrieren können. Entspannungsübungen der Progressiven Muskelentspannung ergänzen das Seminarangebot.
Für das Handout mit Checklisten und praktischen Tipps fallen 3 € Kopierkosten an.
Regine Buhmann ist Dipl. Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Entspannungstrainerin.

95027R8
Regine Buhmann
Samstag, 10 – 17.30 Uhr, 8 Ustd.
14. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
25,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Aufatmen, trotz Stress Die Atemarbeit nach Middendorf®

Halten Sie manchmal die Luft an, wenn Sie sich konzentrieren?
Fühlen Sie sich häufig angespannt und mental überreizt?
Schlafen Sie schlechter als früher?
Kleine Bewegungen, Schwingen und Dehnen locken den Atem, ohne dass er willentlich gesteuert wird. Sammlung und Empfindung stehen im Mittelpunkt dieses Übungssystems. Über diesen Weg kann der Mensch die Beziehung zu sich selbst und den eigenen Bedürfnissen vertiefen. Nackenmuskeln können sich im Aufatmen lösen. So werden Ruhe und Erfrischung möglich.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit. Bettina Sawall ist Atemtherapeutin nach Middendorf ® und Sozialpsychologin M.A.

95028R8
Bettina Sawall
Samstag, 11 – 16 Uhr, 6 Ustd.
21. November
Haus der VHS
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Meditation am Arbeitsplatz

Unser Arbeitsplatz hat einen großen Einfluss auf unser Leben. Durch unsere berufliche Tätigkeit haben wir oftmals die Möglichkeit, Dinge zu gestalten und zu entwickeln sowie mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen. Wie können wir jedoch eine gesunde Balance zwischen Engagement und Verausgabung schaffen und wie können wir mit Herausforderungen und Belastungen, die durch unsere Arbeit entstehen, umgehen? Die Anwendung von Meditation bietet hierfür eine Vielfalt an Möglichkeiten. In diesem Seminar lernen Sie verschiedene Meditationstechniken und Möglichkeiten kennen, Meditation in den Arbeitsalltag zu integrieren. Dazu zählen neben der klassischen Sitzmeditation u. a.. die Geh- und Atemmeditation und das Gespräch und die Interaktion mit Mitarbeitern und Vorgesetzten.
Dr. Patricia Vöge ist Gesundheitspsychologin.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

95029R8
Dr. Patricia Vöge
Freitag, 17 – 20 Uhr
Samstag, 10 – 17 Uhr (insgesamt 12 Ustd.)
11./12. Dezember
Haus der VHS
42 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Einführung in die buddhistische Meditation

Die buddhistische Lehre kennt verschiedene Meditationsarten, die den Körper und Geist zur Ruhe, größeren Ausgewogenheit und Klarheit hinsichtlich des eigenen Lebens bringen können.
An diesem Tag erproben wir mehrere Techniken des nicht verurteilenden Schauens im angeleiteten Sitzen in Konzentration. Formen des meditativen Gehens ergänzen das Programm.
Auch für die derzeit viel beachtete Hirnforschung sind die Untersuchungen der Meditierenden ausgesprochen spannend. Sie erfahren, in welcher Weise Meditation die Gehirnstrukturen und damit unser Erleben und Handeln günstig beeinflussen kann.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.
Dagmar Doko Waskönig ist Zen-Meisterin.

95030R8
Dagmar Doko Waskönig
Sonntag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
7. November
Buddhistisches Zentrum, Drostestr 8
24 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Meditation – Wege in die Stille

Meditation ist Entspannung, ist wacher Geist, ist ruhiger Atem, ist im Moment sein, ist akzeptieren was ist, ist loslassen, geschehen lassen, zu sich selbst finden.
Fernab von Hektik und Oberflächlichkeiten taucht der Meditierende in den stillen Zustand von reinem SEIN ein und kann sein Leben fröhlicher und gelassener leben. Die Wege dorthin sind zahlreich. Dieses Seminar gibt Einblicke in unterschiedliche Methoden, u. a. buddhistische Achtsamkeits- und Mantra- Meditationen, Meditationen der Sufis, Klangmeditationen. Geübt wird im Sitzen, im Stehen und im Liegen.
Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung und falls vorhanden ein Meditationskissen mit.
Chandrika S. Mayer-Schierstädt ist Gesundheitsberaterin, Übungsleiterin für Yoga, Qigong und Tai Chi.

95031R8
Chandrika S. Mayer-Schierstädt
Samstag, 10.30 – 17.30 Uhr, 8 Ustd.
19. Dezember
Haus der VHS
24,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

vhsConcept vhs Landesverband Niedersachsen

GESUNDHEIT – BERUF UND EHRENAMT

SuchtkrankenhelferIn (vhsConcept) siehe Seite 201

SuchtkrankenberaterIn (vhsConcept) siehe Seite 201

YogalehrerIn für Kinder und Jugendliche (vhsConcept) siehe Seite 202

HeilpraktikerIn für Psychotherapie siehe Seite 202

Umgang mit Demenz siehe Seite 202

Weitere vhsConcept-Lehrgänge und andere Lehrgänge aus den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales von den Volkshochschulen im Regionalverbund Hannover siehe Seite 200 und *www.vhs-regionalverbund-hannover.de*

GESUNDHEIT
YOGA

Yoga – Ankommen in Körper, Geist und Atem

Yoga ist ein ganzheitlicher ‚Gesundheitsweg' für Jung und Alt, für Ungeübte und Geübte. Es fördert die Beweglichkeit, innere Ruhe, Leichtigkeit und Klarheit. Seit mindestens 3500 Jahren wird Wissen über die Funktionsweise des Geistes und die Struktur des menschlichen Körpers und dessen mögliche Störungen und deren Behebung bzw. Verminderung durch wirkungsvolle Übungen gesammelt.
Yoga ist eine der ältesten Lehren und Methoden, die sich dem ganzen Menschen mit seinem Körper, Geist und seiner Seele widmet.

EINZEL- UND WOCHENENDVERANSTALTUNGEN

Yoga mit Klangschalenbegleitung

Ein Samstagnachmittag nur für sich, an dem Körper, Geist und Seele noch einmal auftanken, Erholung und Entspannung finden und Kraft und Energie speichern können!
Sanfte Übungen aus dem Hatha-Yoga sind der Weg dazu und sie werden unterstützt von den sanften Tönen der Klangschalen. Die beruhigenden Klänge lösen eine tiefe Entspannung der Muskeln und Nerven aus und wir können so leichter in den einzelnen Asanas zu unserer Mitte finden, Verspannungen lösen, Selbstheilungskräfte aktiveren und schöpferische Energien frei setzen. Begleiten werden uns Klangfantasiereisen, die eine besonders angenehme Art sind, den Klang bis tief ins Innerste zu spüren und zur Harmonie mit sich und der Welt zu kommen.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken und bringen Sie eine Decke mit. Ganz wichtig ist, an diesem Tag viel zu trinken, damit die Töne im Körper auch schwingen können.
Barbara Fuchs ist Yogalehrerin mit Fortbildung in Klangschalentherapie.

95033R8
Barbara Fuchs
Samstag, 14 – 17.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
21. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
12,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Intensivtag Yoga – Einfachheit – mit dem Wesentlichen sein

„Wenn du zufrieden bist, ist Einfachheit keine Entsagung, sondern ein schöner Weg zu sein."
An diesem Samstag können Sie Yoga kennen lernen und zugleich mit Yoga in die Tiefe gehen. Unwesentliches weglassen ist oft hilfreich auf dem Weg in Richtung innerer Frieden. Und dieser Frieden, diese Ruhe im Geist ist das Ziel des Yoga. Wie es möglich ist, sich diesem Ziel anzunähern, erforschen wir an diesem Tag mit Yogahaltungen, Atemübungen, Meditationen, Fantasiereisen und Mantrasingen. Ausflüge in die Yogaphilosophie und zu den persönlichen Haltungsmustern sorgen für Abwechslung.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.
Für Teilnehmerinnen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.
Dorothee Hoppe ist Dipl. Ing., Referentin für Gesundheitsförderung und Yogalehrerin BDY/EYU.

95034R8
Dorothee Hoppe
Samstag, 10 – 17.45 Uhr, 1 x 9 Ustd.
28. November
Haus der VHS
32,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Yoga für den Rücken – ein ganzheitliches Programm für einen gesunden und entspannten Rücken

Dieser Tageskurs bietet einen Einblick in ein ganzheitliches Programm speziell für Rücken, Schultern und Nacken, das hilft, Rückenbeschwerden nachhaltig zu mildern und zu überwinden. Spezielle Übungen aus dem Yoga kräftigen, dehnen und entspannen den Rücken. Ebenso helfen Atemtechniken und Tiefenentspannung, den Rücken zu ‚entstressen' und auf tieferer Ebene körperlich, emotional und geistig zu entspannen. Infos und Tipps zur Rückengesundheit sowie kleine Übungen für zuhause, auf der Arbeit und unterwegs runden dieses Einführungs-Programm ab.
Bitte bringen Sie bequeme Übungskleidung, Socken und eine leichte Decke mit.
Sina Bremer ist Yogalehrerin (BYV), Entspannungskursleiterin und hat eine Weiterbildung in Rückenyoga.

95035R8
Sina Bremer
Samstag, 10 – 14 Uhr, 1 x 5 Ustd.
28. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Hormon-Yoga Verbesserung des Lebensgefühls und der Vitalität

Wenn die Hormone im Einklang sind, befinden wir uns in einem Zustand der Ausgeglichenheit und inneren Ruhe!
Die komplette Hormon-Yoga-Reihe nach Dinah Rodrigues wird in diesem Kurs vorgestellt und geübt. Diese dynamischen Übungen können sich positiv auf den Hormonhaushalt auswirken und damit zu Gesundheit und einem besseren Lebensgefühl führen. Zusätzlich werden gezielte Übungen gegen Stress und Schlaflosigkeit vorgestellt, die gut zu Hause geübt werden können.
Der Kurs eignet sich besonders für Frauen vor/in/nach den Wechseljahren, aber auch für Jüngere, die an hormonellen Dysbalancen oder Kinderlosigkeit leiden.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und ein Kissen mit.
Ein Skript kann zum Preis von 3 € erworben werden.
Katharina Götz ist Physiotherapeutin und Diplom-Yogalehrerin.

95055R8
Katharina Götz
Freitag, 17.45 – 21 Uhr, 9 Ustd.
Samstag, 10 – 14 Uhr
4./5. Dezember
Haus der VHS
28,80 € +3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ayurvedische Massage für Paare siehe Seite 75

Ayurveda-Küche siehe Seite 69

Lach-Yoga siehe Seite 77

YOGA-KURSE

Yoga für den Einstieg

Es ist nie zu spät, um mit Yoga (wieder) anzufangen! Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Sie können in jeder Lebensphase mit Yoga beginnen. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für EinsteigerInnen in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch sanft angeleitete Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit und Kraft finden können.
→ Diese Kurse sind geeignet für EinsteigerInnen als auch für TeilnehmerInnen mit Vorerfahrungen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.
Sina Bremer ist Diplom-Sozialpädagogin, Yogalehrerin (BYV) und Fitness- und Anti-Stress-Trainerin.
Sabine Vetterlein-Janschek ist Diplom-Sozialpädagogin, Rückenschullehrerin und Yogalehrerin.
Eva-Corinna Fiedeler-Tobbo ist Diplom-Kulturpädagogin und Yogalehrerin.

95036R8
Eva-Corinna Fiedeler-Tobbo
Montag 10 – 11.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
21. September – 14. Dezember
Haus der VHS
70,40 + 7 € Bearbeitungsentgelt

95507R8
Eva-Corinna Fiedeler-Tobbo
Montag 10 – 11.30 Uhr, 9 x 2 Ustd.
18. Januar – 14. März 2016
Haus der VHS
57,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95037R8
Sina Bremer
Donnerstag, 10 – 11.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 10. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95508R8
Sina Bremer
Donnerstag, 10 – 11.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
21. Januar – 10. März 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95038R8
Sabine Vetterlein-Janschek
Dienstag, 18.15 – 19.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 1. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
Aufbaukurs

Yoga und Entspannung

Im Aufbaukurs wird das Hatha-Yoga-Programm um fortgeschrittene Übungen erweitert.
Vorkenntnisse sind erforderlich.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.
Sina Bremer ist Diplom-Sozialpädagogin, Yogalehrerin (BYV) und Fitness- und Anti-Stress-Trainerin.

→

95039R8
Sina Bremer
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 7. Dezember (auch am 19.10.)
Haus der VHS
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95509R8
Sina Bremer
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 8 x 2 Ustd.
18. Januar – 7. März 2016
Haus der VHS
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95040R8
Sina Bremer
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 8. Dezember (auch am 20.10.)
Haus der VHS
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95510R8
Sina Bremer
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
19. Januar – 8. März 2016
Haus der VHS
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Grundkurs

Yoga – Ankommen in Körper, Geist und Atem

Ein ganzheitlicher Weg für Yoga-AnfängerInnen. Sie erleben und erfahren die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Yoga. Sie kräftigen und dehnen die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken. Der Atem hilft Ihnen dabei, bei sich zu bleiben und ihre geistigen Kräfte zu mobilisieren.
Bitte bringen Sie eine Decke und ein kleines Kissen (ca. 40 x 40 cm) mit.
Uwe Schrader ist Yogalehrer.

95041R8
Uwe Schrader
Montag, 17.30 – 18.45 Uhr, 12 x 75 Min.
14. September – 14. Dezember
Stadtteilzentrum KroKuS, Thie 6
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95511R8
Uwe Schrader
Montag, 17.30 – 18.45 Uhr, 9 x 75 Min.
18. Januar – 14. März 2016
Stadtteilzentrum KroKuS, Thie 6
54 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Fortgeschrittene

Yoga – Weiter in Körper, Geist und Atem

Sie erleben und erfahren die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Yoga und unternehmen dabei eine Reise durch Ihren Körper. Sie nehmen bisher kaum spürbare Körperregionen wahr, kräftigen und dehnen die Muskulatur in dem Becken und den Füßen, Bauch und Rücken. Sie trainieren Ihren Gleichgewichtssinn und entdecken den Atem als Pforte zu tieferem geistigen Erleben.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke und – wenn vorhanden – eine rutschfeste Matte mit.
Uwe Schrader ist Yogalehrer.

95042R8
Uwe Schrader
Montag, 19 – 20.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Stadtteilzentrum KroKuS, Thie 6
86,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95512R8
Uwe Schrader
Montag, 19 – 20.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
11. Januar – 14. März 2016
Stadtteilzentrum KroKuS, Thie 6
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Yoga Basiskurs – mit Schwerpunkt Rücken, Schulter, Nacken

Basierend auf dem traditionellen System des Hatha-Yoga lernen Sie Grundübungen, Atemübungen und Tiefenentspannung kennen. Diese helfen, auf tieferer Ebene körperlich, geistig und seelisch zu entspannen und neue Kraft zu tanken. Ein Schwerpunkt liegt auf Übungen, die den Rücken und den Schulter-Nackenbereich dehnen, kräftigen und vor allem entspannen. Dieser Kurs ist geeignet für TeilnehmerInnen mit oder ohne Vorkenntnisse/n.
Sina Bremer ist Diplom-Sozialpädagogin, Yogalehrerin (BYV) und Fitness- und Anti-Stress-Trainerin.

95043R8
Sina Bremer
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.,
14. September – 7. Dezember (auch am 19. 10.)
Haus der VHS
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95513R8
Sina Bremer
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
18. Januar – 7. März 2016
Haus der VHS
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Rücken-Yoga

Dieser Kurs kombiniert wirkungsvolle Yogaübungen mit speziellen Übungen der modernen Rückenschule, die den Nacken-Schulter-Bereich sowie den gesamten Rücken entspannen und stärken. Ergänzend lösen spezielle Übungen im Sitzen, Dehnungsübungen sowie Atem- und Entspannungsübungen und -techniken Verspannungen auf. Haltungsschäden werden korrigiert, Fehlhaltungen ausgeglichen und belastende Spannungen im Rücken aufgelöst.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Sabine Vetterlein-Janschek ist Dipl. Sozialpädagogin, Gesundheitsberaterin, Entspannungscoach, Rückenschul- und Yogalehrerin.

95044R8
Sabine Vetterlein-Janschek
Dienstag, 16.40 – 18.10 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 8. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Yoga für den Rücken

Rückenprobleme können verschiedene Ursachen haben. So können beispielsweise Rückenschmerzen aufgrund von zu wenig Bewegung, schwacher Rücken- und Bauchmuskulatur, Stress und Verspannungen auftreten. Durch einfache und wirkungsvolle Yoga Asanas wird die Bauch- und Rückenmuskulatur gestärkt, der Schulter-Nackenbereich entspannt und die Körperhaltung verbessert. Atemübungen, sanfte Dehnungs- und Entspannungsübungen dienen dem Stressabbau und helfen Verspannungen zu lösen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Henrike Conradi ist Logopädin und Yogalehrerin.

95045R8
Henrike Conradi
Dienstag, 20 – 21.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
15. September – 24. November
(auch in den Herbstferien)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
70,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95514R8
Henrike Conradi
Dienstag, 20 – 21.30, 10 x 2 Ustd.
12. Januar – 15. März 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
64 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Yoga intensiv (in der List/Oststadt)

Kraftaufbau, Dehnungen und Entspannung stehen im Mittelpunkt dieses Yoga-Kurses, um Verspannungen im Rücken zu lösen, die Muskulatur zu stärken und die Beweglichkeit zu fördern. Es wird nach der Methode Yoga in der Tradition nach BKS Iyengar unterrichtet, in der verschiedene Hilfsmittel, wie Gurte und Klötze zum Einsatz kommen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Der Kurs ist für AnfängerInnen sowie für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen geeignet.
Edeltraut Schiewe ist Yogalehrerin.

95046R8
Edeltraut Schiewe
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
16. September – 2. Dezember
Seminarzentrum, Rumannstraße 15
88 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Fit für den Alltag mit Yoga

Durch Yoga erfahren wir Ruhe, Entspannung und Gelassenheit, aber auch Power, Fitness und Lebendigkeit. Die Grundlage der Übungen ist das Marma-Yoga. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und Socken mit.
Marina Deikun ist Diplom-Sozialpädagogin und Yogalehrerin.

95047R8
Marina Deikun
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Stadtteilzentrum Nordstadt,
Klaus-Müller-Kilian-Weg 2
(ehemals Schaufelder Straße 30)
86,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95516R8
Marina Deikun
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
13. Januar – 16. März 2016
Stadtteilzentrum Nordstadt,
Klaus-Müller-Kilian-Weg 2
(ehemals Schaufelder Straße 30)
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

♀ Yoga – Entspannung – Meditation I

Den Herausforderungen des Alltags mit den langsamen und einfachen Körperhaltungen des Yoga begegnen. Im Wechsel von Bewegung und Loslassen entstehen Dehnung im Körper und Ausgeglichenheit im Geist. Durch Tiefenentspannung, Atemwahrnehmung und Meditation können Spannungen erspürt und Grenzen erweitert werden. Die daraus entstehende Ruhe und Gelassenheit kann den Alltag bereichern. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit. Für Teilnehmerinnen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.
Dorothee Hoppe ist Dipl.Ing., Referentin für Gesundheitsförderung und Yogalehrerin BDY/EYU.

95048R8
Dorothee Hoppe
Mittwoch, 17 – 18.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
9. September – 16. Dezember
Haus der VHS
93,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95517R8
Dorothee Hoppe
Mittwoch, 17 – 18.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
13. Januar – 16. März 2016
Haus der VHS
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

♀ Yoga – Entspannung – Meditation II

Am Mittwochabend können Sie in vertrauter Runde sich Raum schaffen für Lebendigkeit im Körper und Ruhe im Geist. Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen sind willkommen, die durch die Körperhaltungen des Yoga, durch ruhiges Atmen und Meditation loslassen und auftanken möchten. So lässt sich auf sanfte Weise ein Gegengewicht zu den Anforderungen des Alltags schaffen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit. Für Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen geeignet.
Dorothee Hoppe ist Dipl.Ing., Referentin für Gesundheitsförderung und Yogalehrerin BDY/EYU.

95049R8
Dorothee Hoppe
Mittwoch, 19.30 – 21 Uhr, 13 x 2 Ustd.
9. September – 16. Dezember
Haus der VHS
93,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95518R8
Dorothee Hoppe
Mittwoch, 19.30 – 21 Uhr, 10 x 2 Ustd.
13. Januar – 16. März 2016
Haus der VHS
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

♀ Yoga – ein Weg zu körperlicher und seelischer Beweglichkeit

Unabhängig von den körperlichen Voraussetzungen die eigene Beweglichkeit fördern und bei sich selbst ankommen. Achtsam ausgeführte Yogahaltungen, bewusste Atemwahrnehmung und unterschiedliche Entspannungsarten bringen den Geist zur Ruhe und vertiefen das Körpergefühl. Die dabei entstehende Gelassenheit unterstützt dabei, persönliche Grenzen zu akzeptieren und gegebenenfalls zu erweitern.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit. Für Teilnehmerinnen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.
Dorothee Hoppe ist Dipl.Ing., Referentin für Gesundheitsförderung und Yogalehrerin BDY/EYU.

95050R8
Dorothee Hoppe
Donnerstag, 15 – 16.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
10. September – 17. Dezember
Haus der VHS
93,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95519R8
Dorothee Hoppe
Donnerstag, 15 – 16.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
14. Januar – 17. März 2016
Haus der VHS
72 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

♀ Yoga für Frauen am Freitag-Vormittag Entspannt und stark in der Mitte

Mit einem ausgewogenen, ganzheitlichen Yogaprogramm aus Sonnengruß, Körperübungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Tiefenentspannung können Sie gestärkt und entspannt ins Wochenende starten.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.
Sina Bremer ist Diplom-Sozialpädagogin, Yogalehrerin (BYV) und Fitness- und Anti-Stress-Trainerin.

95051R8
Sina Bremer
Freitag, 10 – 11.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
18. September – 11. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95520R8
Sina Bremer
Freitag, 10 – 11.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
22. Januar – 11. März 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
51,20 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Businessyoga – Zeit zum Auftanken in der Mittagspause

Der Trend, die Mittagspause gezielt als Ruheoase in einem stressigen, anforderungsreichen Arbeitsalltag zu nutzen, um wieder Energie aufzuladen und mit neuer Kraft, geistiger frische, erhöhter Konzentration und innerer Ruhe in den restlichen Tag durchzustarten. Dieser Kurs ist gezielt darauf ausgerichtet, sich während der Pause zu erholen, Rückenschmerzen vorzubeugen und ein besseres Körperempfinden zu erlangen.
Dabei helfen ein sanftes Yogaprogramm, sowie das Erlernen von Entspannungs-Minis für Zwischendurch, die im Berufsalltag jederzeit und ohne Aufwand angewendet werden können.
Inhalt:

- einfache Körperübungen zum Dehnen und Lösen von Verspannungen und Stärkung der Muskulatur
- Atemübungen für frische Energie, Konzentration und neuer Vitalität
- Entspannung für innere Ruhe und Ausgeglichenheit

Sina Bremer ist Diplom-Sozialpädagogin, Yogalehrerin (BYV) und Fitness- und Anti-Stress-Trainerin.
Die Übungen sind in Arbeitskleidung möglich.

95052R8
Sina Bremer
Dienstag, 12.45 – 13.15 Uhr, 12 x 30 Min.
15. September – 8. Dezember (auch am 20.10.)
Haus der VHS
33,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

95521R8
Sina Bremer
Dienstag, 12.45 – 13.15 Uhr, 8 x 30 Min.
19. Januar – 8. März 2016
Haus der VHS
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

95053R8
Sina Bremer
Mittwoch, 13 – 13.30 Uhr, 12 x 30 Min.
16. September – 9. Dezember (auch am 21.10.)
Haus der VHS
33,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

95522R8
Sina Bremer
Mittwoch, 13 – 13.30 Uhr, 8 x 30 Min.
20. Januar – 9. März 2016
Haus der VHS
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

♂ Yoga für Männer

Vielleicht wollte „Mann“ ja eigentlich schon einmal gern einen Yogakurs besuchen, aber so als Exot unter Frauen dann doch lieber nicht! Jetzt können Sie in diesem Kurs nur unter Männern die vielfältigen Wirkungen von Yoga erfahren und lernen sich zu entspannen und abzuschalten. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mit. Uwe Schrader ist Yogalehrer.

95054R8
Uwe Schrader
Donnerstag, 17.30 – 18.30 Uhr, 7 x 1 Zstd.
5. November – 17. Dezember
Haus der VHS
30 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Stressbewältigung mit Yoga siehe Seite 75

GESUNDHEIT
QI GONG UND TAI CHI

Qi Gong

Qi Gong (gesprochen Tschi Gung und geschrieben auch Qigong) ist – als selbstregulierender Teil der chinesischen Heilkunst – der Weg des Übens, des eigenen Bemühens um Gesunderhaltung und Heilung, deren Besonderheit darin besteht, dass Geist, Körper und Atmung des Menschen aktiv miteinander verbunden werden.
Das Wort Qi Gong leitet sich her von „Qi“, was als Lebenskraft umschrieben werden kann und von „Gong“, was in etwa „Fähigkeit durch beharrliches Üben“ bedeutet. Es gilt seit Alter her als wichtige Maßnahme zum „Vertreiben von Krankheiten und zur Verlängerung des Lebens“.
Heute beschreibt dieser Begriff Übungen in sanfter langsamer Bewegung und Übungen in Ruhe, um die lebenserhaltenden Funktionen zu aktivieren, zu stärken und zu stabilisieren.
Qi Gong ermöglicht es, selbstverantwortlich und selbstregulierend für die eigene Gesundheit tätig zu sein. Qi Gong ist eine Sammelbezeichnung für eine Vielzahl verschiedenster Übe-Verfahren.

EINZEL- UND WOCHENENDVERANSTALTUNGEN

Zen-Meditation und Qi Gong im buddhistischen Kloster – Einführung

Die Veranstaltung findet in Hannover-Mittelfeld in dem buddhistischen Kloster der Pagode Vien Chuà Giàc (Ort der vollkommenen Erleuchtung) statt, dem Zentrum der religiösen Aktivitäten der vietnamesischen Buddhisten in Deutschland. Der Buddhismus hat in China Kunst, Philosophie, spirituelle Praktiken und Körperübungen beeinflusst. Der Begründer des Zen bzw. des Chan-Buddhismus in China ist auch der Vater des buddhistischen Qi Gong, dessen besonderes Merkmal die Betonung der Schulung des Geistes ist. Mit Zen-Meditation und einer Sequenz des buddhistischen Qi Gong werden wir den Tag verbringen. Eine kurze Führung durch das Kloster ist ebenfalls vorgesehen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und Verpflegung mit.
Hugo Cárdenas ist Mitarbeiter der Pagode, Wushu-, Qi Gong- und Taiji-Trainer.

95058R8
Hugo Cárdenas
Samstag, 10 – 16 Uhr, 7 Ustd.
28. November
Kloster Vien Giàc, Karlsruher Straße 6
(Treffpunkt Haupteingang)
21,35 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Qi Gong-Formen und Tai Chi Chuan kennenlernen

Dieses Seminar gibt Ihnen einen theoretischen und praktischen Einblick in Qigong und Tai Chi. Sie erlernen kleine Bewegungsfolgen, die zu Hause wiederholt werden können.
Dazu erhalten Sie schriftliche Übungsunterlagen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke, ein kleines Kissen und Socken/Gymnastikschuhe mit.
Chandrika S. Mayer-Schierstädt ist Gesundheitsberaterin und Übungsleiterin für Yoga und Qigong.

95524R8
Chandrika S. Mayer-Schierstädt
Samstag, 10.30 – 17.30 Uhr, 8 Ustd.
23. Januar 2016
Haus der VHS
24,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Ernährung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) siehe Seite 70

Mit TCM gesund durch den Herbst und Winter siehe Seite 69

QI GONG-KURSE

Qigong für Ruhe und Bewegung – Die Acht Brokate

Die „Acht Brokate“ ist eine einfache und wirkungsvolle Form des Qigong und für Interessierte jeden Alters geeignet. Sie zeichnet sich durch einen klaren Aufbau und acht prägnante, leicht zu erlernende Übungen aus. Ihr Schwerpunkt liegt in der Verbindung von Bewegung, Atmung, Vorstellungskraft und innerer Aufmerksamkeit. Seine sanften, fließenden Bewegungen, Konzentration und Ruhe helfen, Körper, Geist und Atmung zu harmonisieren und zu entspannen. Qigong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und wird zur Vorbeugung von Krankheiten, zur Kräftigung der Muskulatur und zur Entspannung des ganzen Organismus praktiziert. Geübt wird überwiegend im Sitzen und Stehen.
Gut für alle, die einen Einstieg in das fernöstliche Verfahren Qigong suchen. Ideal auch für die tägliche Praxis.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong-, Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

95059R8
Gabriele Schulz
Donnerstag, 11.15 – 12.45 Uhr, 10 x 2 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

→

95525R8
Gabriele Schulz
Donnerstag, 11.15 – 12.45 Uhr, 10 x 2 Ustd.
14. Januar – 17. März 2016
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Daoyin Baojin Gong – Die 8 Alltagsübungen des Gesundheitsschützenden Qi Gong

Die 8 Alltagsübungen stärken die Organe. Die langsamen, stetigen und häufig wiederholenden Bewegungen des Hebens und Senkens beruhigen die gedankliche Aktivität und vertiefen die Atmung. Die rhythmisch beugenden und streckenden Bewegungen stabilisieren die Haltung. Wir üben im Sitzen und Stehen. Ergänzt werden diese Übungen durch Selbstmassagetechniken der Traditionellen Chinesischen Medizin.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong-, Yoga- und Tai Chi-Lehrerin. Barbara Krauss ist Qi Gong-Lehrerin.

In Kooperation mit dem Kulturtreff Vahrenheide

95060R8
Gabriele Schulz
Dienstag, 10 – 11.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
22. September – 8. Dezember
Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstraße 10
54 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95526R8
Gabriele Schulz
Dienstag, 10 – 11.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
12. Januar – 15. März 2016
Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstraße 10
54 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95061R8
Barbara Krauss
Mittwoch, 18 –19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
23. September – 9. Dezember
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95527R8
Barbara Krauss
Mittwoch, 18 –19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
13. Januar – 16. März 2016
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Hui Chun Gong – Wiederkehr des Frühlings

Die langsame Abfolge von fließenden, wellenförmigen, drehenden und dehnenden Bewegungen und innere Sammlung regen die Blutzirkulation, den Stoffwechsel und das Immunsystem an und stärken die hormonelle Kraft. Diese Übungen werden deshalb auch die Wiederkehr des Frühlings genannt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong-, Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

95062R8
Gabriele Schulz
Mittwoch, 11.15 – 12.45 Uhr, 10 x 2 Ustd.
23. September – 9. Dezember
World of Art, Lister Meile 33 (2. Hinterhaus)
66 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95528R8
Gabriele Schulz
Mittwoch, 11.15 – 12.45 Uhr, 10 x 2 Ustd.
13. Januar – 16. März 2016
World of Art, Lister Meile 33 (2. Hinterhaus)
66 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Das „49er Leitbahnen-Bewegungs-Qi Gong“ (medizinische Schule)

Das Bewegungs-Qi Gong mit 49 Übungen ist eine Methode des medizinisch orientierten Qi Gong. Es stärkt die Abwehrkräfte, stimuliert das Immunsystem und dient der Vorbeugung und Therapie von Erkrankungen des Herz-, Kreislauf-, Gefäß-, Atmungs- und Verdauungssystems. Die Bewegungen sind fein und leicht „wie eine Schwalbe im Flug“. Atem- und Körperübungen werden miteinander verbunden, so dass sie sich gegenseitig hervorbringen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong- ,Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

95063R8
Gabriele Schulz
Mittwoch, 9.30 – 11 Uhr, 10 x 2 Ustd.
23. September – 9. Dezember
World of Art, Lister Meile 33 (2. Hinterhaus)
66 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95529R8
Gabriele Schulz
Mittwoch, 9.30 – 11 Uhr, 10 x 2 Ustd.
13. Januar – 16. März 2016
World of Art, Lister Meile 33 (2. Hinterhaus)
66 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

♀ Qi Gong für Frauen
Das Innen-Nährende Qi Gong

Der weibliche Körper ist ganz bestimmten Energiemustern unterworfen. Deshalb ist es für die Gesunderhaltung wichtig, diese Gesetzmäßigkeiten zu kennen und zu beachten, um den Körper ganzheitlich zu unterstützen. Die für Frauen entwickelten oder umgewandelten Qi Gong Formen berücksichtigen den weiblichen Lebenszyklus und sprechen die besonderen Energiemuster der Frau an. Die traditionelle chinesische Medizin, Energiearbeit im Sitzen und Stehen, Meridiandehnungen und -massagen sowie intensive Bewegungen der Wirbelsäule bilden die Basis des Kurses. Die Übungen wirken harmonisierend auf den Becken-, Bauch- und Brustbereich und fördern die Geschmeidigkeit der Muskeln, Sehnen, Bänder und Gelenke. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong-, Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

In Kooperation mit dem Freizeitheim Vahrenwald

95064R8
Gabriele Schulz
Montag, 9.30 – 11 Uhr, 10 x 2 Ustd.
21. September – 7. Dezember
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Str. 92
54 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95530R8
Gabriele Schulz
Montag, 9.30 – 11 Uhr, 10 x 2 Ustd.
11. Januar – 14. März 2016
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Str. 92
54 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95065R8
Gabriele Schulz
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Seminarzentrum, Rumannstraße 15
65 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95531R8
Gabriele Schulz
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
14. Januar – 17. März 2016
Seminarzentrum, Rumannstraße 15
65 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Wildgans Qigong

Die Bewegungen des Wildgans Qigong sind vielgestaltig und schön: Sinken, Steigen, Öffnen, Schließen, Beugen und Strecken, Dehnen und Stehen. Sie stärken die Balance und das Gleichgewicht, die Gelenke werden mobilisiert und die Organe massiert.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong- Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

95066R8
Gabriele Schulz
Dienstag, 17.30 – 19 Uhr, 10 x 2 Ustd.
22. September – 8. Dezember
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95532R8
Gabriele Schulz
Dienstag, 17.30 – 19 Uhr, 10 x 2 Ustd.
12. Januar – 15. März 2016
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Tai Chi Chuan – 13er Form des Yangstil

Tai Chi Chuan stammt aus China und ist eine Bewegungskunst für Körper und Geist.
Es werden die 13 Formen des Yangstils vermittelt. Langsame, fließende Bewegungen dienen der Mobilisierung des ganzen Körpers. So entwickeln sich natürliche Bewegungsabläufe, die Bewegungsfähigkeit und das ‚innere Feingefühl' werden geschult. Es wird im Sitzen (vorbereitende Übungen) und im Stehen geübt.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong-, Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

95067R8
Gabriele Schulz
Dienstag, 19.15 – 20.45 Uhr, 10 x 2 Ustd.
22. September – 8. Dezember
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95533R8
Gabriele Schulz
Dienstag, 19.15 – 20.45 Uhr, 10 x 2 Ustd.
12. Januar – 15. März 2016
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Tai Chi Chuan – Wu-Stil – 16er Form

Im Vergleich zum Yangstil sind die Formen des Wu Stils leichter und der Fokus liegt mehr auf der „inneren Arbeit".
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
Gabriele Schulz ist Qi Gong- Yoga- und Tai Chi-Lehrerin.

95068R8
Gabriele Schulz
Donnerstag, 9.30 – 11 Uhr, 10 x 2 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

95534R8
Gabriele Schulz
Donnerstag, 9.30 – 11 Uhr, 10 x 2 Ustd.
14. Januar – 17. März 2016
Haus der VHS
61 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Team Kochen
Ansprechpartnerin: Ulrike Ernst
TEL 168-46567 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 230, 2. Etage
E-MAIL ulrike.ernst@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Regina Napp
TEL 168-40705 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 209, 2. Etage
E-MAIL regina.napp@hannover-stadt.de

ESSEN UND TRINKEN

Die Kochkurse finden in den VHS-Küchen im Lindener Rathaus und in der Burgstr. 14 statt.
Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen, guten Appetit und Genuss.
Bitte beachten Sie, dass nicht in jedem Kochkurs Getränke gereicht werden. Bringen Sie sich ggf. selbst etwas mit.

KÜCHE – VOLL IM TREND

Frühstücksglück – Die schönste Mahlzeit des Tages

So macht das Aufstehen richtig Spaß, denn was gibt es Schöneres als den Tag mit einem ausgiebigen Frühstück zu starten?!
Ob selbstgebackenes Brot, süße Pancakes, fruchtige Smoothies oder ein herzhaftes Omlette, da wird doch jeder Morgenmuffel zum Frühstücksfan. Gemeinsam probieren wir allerhand leckere Frühstücksrezepte aus, verspeisen diese gemeinsam und starten fit in einen schönen Tag! Es wird Tee und Kaffee gereicht.
Frau Jahns ist Hobbybäckerin und Fashion-Stylistin, back- und kochverliebt und niemals endend kreativ und möchte mit ihrer Leidenschaft auch andere anstecken!
Bitte mitbringen: Schürze, kleine Transportboxen für übriggebliebene Frühstücksleckereien

92300U8
Katharina Jahns
Sonntag, 9.30 – 13.15 Uhr, 5 Ustd.
11. Oktober, Vormittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 13 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Geschenke aus der Küche: Lecker schenken!

Über Geschenke aus der Küche freut sich einfach jeder! Kulinarische und kreative Präsente sind ein tolles Mitbringsel für viele Anlässe.
Geschenke aus der Küche machen hübsch verpackt in Schachteln, Einmachgläsern oder Tütchen besonders viel her. Die in diesem Kurs mit Liebe hergestellten Köstlichkeiten verdienen eine genauso liebevolle Verpackung, der wir uns ebenfalls widmen werden. Mit leeren Händen geht garantiert niemand nach Hause.
Kosten für das Bastelmaterial in Höhe von 8 € werden vor Ort von der Kursleitung erhoben.
Frau Jahns ist Hobbybäckerin und Fashion-Stylistin, back- und kochverliebt und niemals endend kreativ und möchte mit ihrer Leidenschaft auch andere anstecken!
Bitte mitbringen: Einmachgläser, Weckgläser (verschiedene Größen), kleine Flaschen mit Schraubverschluss, Bastelschere, Schürze

92301U8
Katharina Jahns
Sonntag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
6. Dezember, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32 € + 10 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Zeit für uns Kochevent für Paare

In unserer hektischen Zeit fehlt oft die Gelegenheit für gemeinsames Tun. Kochen ist sehr kommunikativ und kann sehr entspannend sein. Verbringen Sie einen schönen Abend gemeinsam mit ihrer Partnerin/ihrem Partner bei der Zubereitung eines ansprechenden Menüs. Im Hauptgang ist Fleisch enthalten. Dazu gibt es viele Tipps rund um Planung, Einkauf und Arbeitsablauf, damit das Kochen nicht zum Stress wird, sondern einfach nur Spaß macht.
Frau Thees hat ein hauswirtschaftliches Studium absolviert und gibt seit 2008 Kochkurse.
Bitte mitbringen: gute Laune und Gefäße, um Kostproben mit nach Hause nehmen zu können.

92302U8
Thea Thees
Mittwoch, 17.45 – 21.30 Uhr, 5 Ustd.
21. Oktober, Abendveranstaltung
Haus der VHS
20 € + 10 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kochen für Anfänger

Haben Sie das Gefühl, in der Küche fehl am Platze zu sein, zwei linke Hände zu haben und auch das Kaffeewasser noch anbrennen zu lassen?
Dann haben wir hier den perfekten Kurs für Sie. An drei Abenden lernen Sie viel über die Basics der Kochkunst und nehmen Rezepte über leckere Gerichte mit nach Hause, die Sie überraschend leicht nachkochen können.
Es geht um drei Themenbereiche: Gemüse, Fisch und Fleisch, denen jeweils ein Abend gewidmet wird. Trauen Sie sich und werden Sie zum neuen Koch-Fan.
Frau Thees hat ein hauswirtschaftliches Studium absolviert und gibt seit 2008 Kochkurse.

92344U8
Thea Thees
Mittwoch, 17.45 – 21.30 Uhr, 3 x 5 Ustd.
23. September – 7. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
60 € + 21 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Fingerfood

Wir alle lieben sie – die kleinen leckeren Köstlichkeiten vom Buffet. Auf die Hand und rein in Mund. Denn wer braucht schon Besteck?
Fingerfood – die ideale Lösung wenn sich Besuch angekündigt hat oder wenn man in gemütlicher Runde mit Freunden zusammen ist. Planen Sie eine Party? Brauchen Sie Ideen? Dann sind Sie hier richtig. Ob süß oder pikant, heiß oder kalt, cremig oder knusprig, für jeden ist etwas dabei.
Frau Backhaus ist ganzheitliche Ernährungsberaterin.

92303U8
Bettina Backhaus
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
5. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Schnelle Küche & leicht zubereitet

Schnell heißt nicht: Tüte auf!
Schnell kochen bedeutet vor allem richtiges Küchenmanagement. Essen selber kochen: aus frischen Zutaten, ohne Fertigprodukte aus der Industrie. Vorräte inspizieren und mit den Zutaten experimentieren, mit Freude an der Kreativität, mit Genuss für die Sinne, die farbenfrohen Zutaten zu geschmackvollen Gerichten verarbeiten. Frau Backhaus ist ganzheitliche Ernährungsberaterin.

92304U8
Bettina Backhaus
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
26. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 10 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Themenabende Kinderernährung

An drei Abenden bieten wir Ihnen Informationen in Theorie und Praxis zum Thema Kinderernährung an. Wir laden alle herzlich ein, die statt Tabletten lieber mit Ernährung ohne Nebenwirkungen arbeiten möchten, und freuen uns auf einen regen Austausch und das gemeinsame Kochen.
1. Abend: AD(H)S und Ernährung
2. Abend: Hautprobleme/Allergien und Ernährung
3. Abend: Atemwegserkrankungen und Ernährung
Manuela Brieger ist zertifizierte Diät- und Ernährungsberaterin, Dipl. Päd. und Dipl. oec. troph.

92305U8
Manuela Brieger
Montag, 18 – 21 Uhr, 3 x 4 Ustd.
16. – 30. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
48 € + 6 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Familien-Esstisch

Zeit knapp, Budget eng, Nerven blank, wer kennt das nicht? Und nun auch noch ein gesundes Essen für die Familie zaubern, wie soll das bloß gehen? Das soll dieser Kursabend anhand von Theorie und Praxis zeigen. Wie könnte beispielsweise ein gutes Frühstück, wie die Pausenmahlzeit aussehen? Warum das wichtig ist, besprechen wir ausführlich.
Praktische Kochtipps und -tricks zum Ausprobieren werden ebenfalls angeboten. Herzlich eingeladen sind alle Menschen, die sich täglich „verrenken“, um allen Anforderungen gerecht zu werden.
Manuela Brieger ist zertifizierte Diät- und Ernährungsberaterin, Dipl. Päd. und Dipl. oec. troph.

92100U8
Manuela Brieger
Freitag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
22. Januar 2016, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 2 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

SAISONAL & REGIONAL

Slow Food Hannover

Die Saison hat immer Recht

Gemeinsam kaufen Sie auf dem Bauernmarkt ein, was in der Region erzeugt wurde und der Herbst für Sie bereithält. An den Marktständen erfahren Sie viel über Anbau, Lagerung, Verarbeitung und die Betriebe. Anschließend gehen Sie in die VHS Küche in der Burgstraße und bereiten aus den frischen Zutaten eine leckere Mahlzeit zu. Beim Essen haben Sie Gelegenheit, über die Zusammenhänge von Lebensmittelkonsum, Genuss, Ökologie und Weltklima ins Gespräch zu kommen. Die Idee von Slow Food verbindet Genuss mit Verantwortung. Beim Einkauf, beim Kochen und beim Essen ist die Wertschätzung des Lebensmittels die Motivation. Frank Buchholz leitet das hannoversche Slow Food Convivium, Teil eines weltweiten Netzwerkes für gute, saubere und faire Lebensmittel.
Siehe auch *http://www.zeit-kochtag.de/*

92306U8
Frank Buchholz
Donnerstag, 16 – 20.30 Uhr, 6 Ustd.
8. Oktober, Nachmittagsveranstaltung
Bauernmarkt an der Marktkirche +
Haus der VHS
Treffpunkt: Haupteingang Marktkirche, Am Markte
19,50 € + 5 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

→

92307U8
Frank Buchholz
Freitag, 16 – 20.30 Uhr, 6 Ustd.
13. November, Nachmittagsveranstaltung
Bauernmarkt vor dem Bahnhof +
Haus der VHS
Treffpunkt: Unterm Schwanz, Ernst-August-Platz
19,50 € + 5 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Herbstliche Pilzküche

In diesem Kochkurs geht es um die Zubereitung von Marktpilzen, wie z. B. Steinpilzen, Pfifferlingen und Kräuterseitlingen. Neben einem Überblick über die Vielfalt, Besonderheiten und Zubereitungsarten der gängigen Marktpilze geht es um Basics beim Verzehr von frischen Pilzen. Was ist beim Kauf von frischen Pilzen zu beachten? Wie werden Speisepilze richtig transportiert, gelagert, zubereitet und konserviert? Unter den Marktpilzen finden sich auch Vitalpilze, wie der Austernpilz und Shiitake, die in der Mykotherapie als Heilpilze Verwendung finden. Nach unserem ausgiebigen herbstlichen Pilzmenü werden wir zum Abschluss Pilze mit Kräutern in Knoblauch und Öl einlegen. Die Lebensmittel sind aus ökologischem Anbau. Bitte Marmeladengläschen mitbringen für Pilzbutter und eingelegte Pilze.
Sieglinde Fink ist Dipl.-Biologin und u. a.. auch PilzCoach und Wald- und Wiesenköchin.

92308U8
Sieglinde Fink
Freitag, 15 – 20.15 Uhr, 7 Ustd.
23. Oktober, Nachmittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
28 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sieglinde Fink bietet **Pilzwanderungen** an. Hier werden Pilze bestimmt, aber **nicht** gesammelt und verarbeitet, siehe Seite 65

Weitere Angebote von Frau Fink zum Thema Wandern und Kochen:

Wildfrüchtewanderung im Deister mit Wildbeerenpunsch und Stockbrot am Lagerfeuer siehe Seite 65

Wildfrüchtewanderung auf dem Kronsberg und Beeren- und Wurzelküche siehe Seite 66

Herbstliche Genüsse – Maronen, Quitten, wilde Beeren und Wild nach mittelalterlichen Rezepten

Der Kochkurs gibt Einblicke in die Speisestuben der Bauern, Burgen und Klöster des Mittelalters. Jahreszeit und Region sowie Fastentage bestimmten weitgehend den Speisezettel. Je nach Stand aß man Bauern- oder Herrenspeise. Wildbret war vor allem Herrenspeise. Typische Gewürze des Mittelalters waren z. B. Zimt, Ingwer, Galgant. Als Wildfrüchte wurden u. a.. Himbeeren, Brombeeren, Preiselbeeren, Vogelkirschen, Vogelbeeren, Schlehen, Hagebutten, Holunderbeeren und Eicheln gesammelt.
In der Klosterküche ging es auch um die Heilwirkung der Speisen. So wurden z. B. die Edelkastanien von der mittelalterlichen Äbtissin Hildegard von Bingen als Universalkräftigungsmittel angesehen. Auf unserem Speiseplan stehen: Möhren-Lachssuppe, Hirschgulasch in Holunder-Wacholder-Sauce mit Edelkastanien und Salbeimäuschen, Mandelpudding mit Quittenschaum und Hagebuttenmus, Hildegardkekse. Den Gemüsefond für die Suppe stellen wir selber her. Die Lebensmittel sind aus ökologischem Anbau.
Sieglinde Fink ist Dipl.-Biologin und u. a.. auch Kräuterpädagogin und Wald- und Wiesenköchin.

92309U8
Sieglinde Fink
Freitag, 15 – 20.15 Uhr, 7 Ustd.
6. November, Nachmittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
28 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Kunst der Wildzubereitung – Let's go wild

Herbst und Winter sind Zeit für Wild. Doch viele trauen sich nicht an dessen Zubereitung. Trauen Sie sich! In diesem Kurs werden drei leckere Gänge bereitet und in gemütlicher Atmosphäre verspeist. Von einem Wintersalat über ein wildes Stück Fleisch mit selbst gemachtem Rotkohl und Serviettenknödeln hin zu einem verführerischen Dessert. Dabei bekommen Sie allerlei nützliche Tipps und Tricks aus erster Hand.
Martin Parno ist Küchenmeister des Hotel-Restaurants mit Wild- und Landfleischerei „Zum dicken Heinrich" in Lüdersfeld.

92310U8
Martin Parno
Samstag, 9.30 – 14.45 Uhr, 7 Ustd.
14. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
28 € + 20 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

VEGETARISCH

Vegetarische Küche aus Griechenland

Kommen Sie mit auf eine Reise und entdecken die Vielfalt der frischen, vegetarischen und traditionellen Küche Griechenlands. Wir kochen nach Rezepten der Ägäischen Inseln sowie des Festlandes. Für alle, die einen Sinn für das Ursprüngliche haben oder es wiederentdecken wollen.
Aristi Dimou ist langjährige Kursleiterin für die Vermittlung der griechischen Sprache und für Kochkurse. Sie ist passionierte Köchin, deren Leidenschaft für die gute Küche im elterlichen Betrieb in Griechenland geweckt wurde.

92311U8
Aristi Dimou
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
26. September, Tagesveranstaltung
Haus der VHS
32 € + 14 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Slow Food Hannover

Vegetarisch kochen mit Hülsenfrüchten

Linseneintopf kennt noch fast jeder, selber kochen ihn nur noch Wenige – Aber was macht man aus grünen, roten, schwarzen oder gar Berglinsen, Kichererbsen und weißen, roten, schwarzen Bohnen…? Salat, Suppe und Hauptgerichte mit Hülsenfrüchten wollen wir gemeinsam zubereiten. Diesem wunderbaren Gemüse, das ein exzellenter Proteinlieferant und ein absolutes Muss auf dem Speiseplan bei vegetarischer oder veganer Lebensweise ist, wollen wir uns gemeinsam nähern.
Karen Schulenburg ist Slow Food Mitglied, ganzheitliche Ernährungstherapeutin und seit über 20 Jahren aktive Profi-Köchin und freut sich auf einen bunten Abend mit Ihnen.
Bitte ein paar kleine Döschen für Kostproben zum Mitnehmen nicht vergessen.

92312U8
Karen Schulenburg
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
8. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 9 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Slow Food Hannover

Vegetarisch kochen mit Hirse, Quinoa und Co.

Quinoa, Hirse, Amaranth… kleine Kugeln voller Energie. Sie stecken voller komplexer Kohlenhydrate und sorgen in der vegetarischen Küche für Abwechslung. Als Füllung für Gemüse – als Bratling oder Auflauf – herzhaft oder süß. Gemeinsam probieren wir verschiedene Zubereitungen aus, um sie anschließend gemeinsam zu genießen. Ein großes Augenmerk liegt dabei auf dem Einsatz hochwertiger Ausgangsprodukte.
Karen Schulenburg ist Slow Food Mitglied, ganzheitliche Ernährungstherapeutin und seit über 20 Jahren aktive Profi-Köchin und freut sich auf einen bunten Abend mit Ihnen.
Bitte kleine Döschen für Kostproben für zu Hause mitbringen.

92313U8
Karen Schulenburg
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
19. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 9 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Auf das richtige Fett kommt es an!

Es ist ein Trugschluss, dass Fett auch fett macht, denn jede einzelne Zelle des Menschen benötigt Fett. An diesem Abend erfahren Sie, welche Fette und Öle hochwertig und wofür sie geeignet sind. Schmackhafte vegetarische Rezepte und die Möglichkeit verschiedene hochwertige Öle zu probieren, runden das Angebot ab.
Karen Schulenburg ist Slow Food Mitglied, ganzheitliche Ernährungstherapeutin und seit über 20 Jahren aktive Profi-Köchin und zeigt Ihnen, wie lecker und wertvoll hochwertige Fette und Gerichte mit eben diesen sein können.
Bitte kleine Döschen oder Gläser für Kostproben für zu Hause mitbringen.

92345U8
Karen Schulenburg
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
1. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 17,50 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Vegetarisch und schnell – geht das?

Immer mehr Menschen möchten auf Fleisch verzichten. Sich dafür aber nach dem Job für Stunden in die Küche stellen und Gemüse säubern und schnibbeln? In diesem Kurs wollen wir uns Alternativen zu Fertiggerichten und Lieferservice ansehen.
Es gibt mehrere Gerichte, die in 30 Min. verzehrfertig sind. Dazu wollen wir testen, welche Tricks sinnvoll sind und was man lieber meiden sollte.
Karen Schulenburg ist Slow Food Mitglied, ganzheitliche Ernährungstherapeutin und seit über 20 Jahren aktive Profi-Köchin und freut sich auf einen bunten Abend mit Ihnen.
Frau Thees hat ein hauswirtschaftliches Studium absolviert und gibt seit 2008 Kochkurse.
Bitte mitbringen: gute Laune und Gefäße um Kostproben mit nach Hause nehmen zu können.

92314U8
Thea Thees
Mittwoch, 17.45 – 21.30 Uhr, 5 Ustd.
4. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 7,50 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Vegetarisch für Gäste

Was mache ich nur, wenn sich Gäste angemeldet haben, die absolut kein Fleisch essen wollen/können? Wir zaubern ein mehrgängiges Menü, mit all den vegetarischen Köstlichkeiten von Herbst und Winter. Dazu gibt es Tipps für den Einkauf und Arbeitsablauf, damit Sie gemeinsam mit ihren Gästen genießen können, statt gestresst in der Küche zu stehen.
Frau Thees hat ein hauswirtschaftliches Studium absolviert und gibt seit 2008 Kochkurse.
Bitte mitbringen: gute Laune und Gefäße, um Kostproben mit nach Hause nehmen zu können.

92101U8
Thea Thees
Mittwoch, 17.45 – 21.30 Uhr, 5 Ustd.
13. Januar 2016, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 7,50 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Köstliche vegetarische Spezialitäten aus dem Ofen

Aufläufe, Gratins, Quiche und Co. Gerade in Herbst und Winter verlangt man nach deftiger, wärmender Kost. Der Vorteil: die meisten Gerichte lassen sich so vorbereiten, dass man sich nach einer Wanderung im Kalten, oder der Gartenarbeit schnell belohnen kann. Dabei werden Sie altbekannte Zutaten und Gerichte in neuem Gewand erleben.
Frau Thees hat ein hauswirtschaftliches Studium absolviert und gibt seit 2008 Kochkurse.
Bitte mitbringen: gute Laune und Gefäße um Kostproben mit nach Hause nehmen zu können.

92102U8
Thea Thees
Dienstag, 17.45 – 21.30 Uhr, 5 Ustd.
19. Januar 2016, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 7,50 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

VEGANE KÜCHE

Eine Kokosliebe - vegane Kokosküche

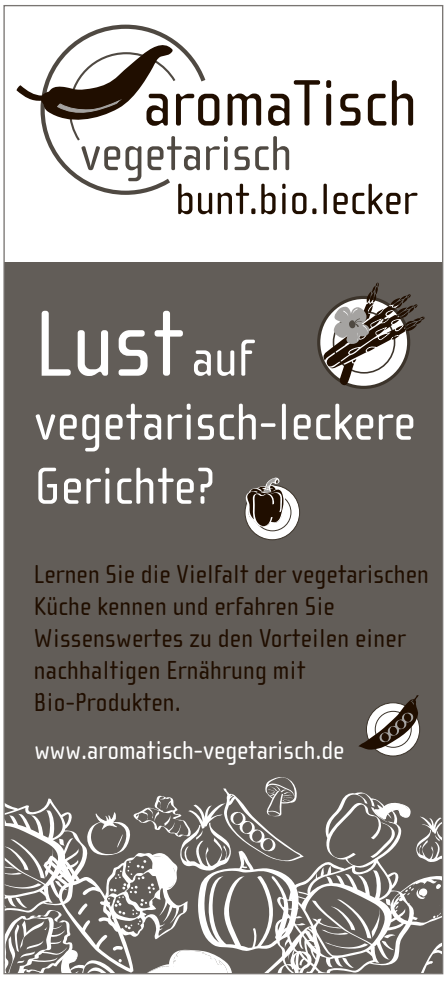
Mit drei Kokosnüssen am Tag kann der Mensch überleben. Das Kokoswasser der jungen, grünen Kokosnuss ist nicht nur ein ausgezeichneter Durstlöscher, sondern auch ein isotonisches Sportgetränk. Wegen der kurzen Haltbarkeit der jung geernteten Kokosnuss ist sie frisch hierzulande schwierig zu bekommen. Im Kurs werden wir frische junge Flug-Kokosnüsse der Sorte Pagode light aus Thailand verarbeiten. Wir lernen den Unterschied von Kokoswasser und Kokosmilch kennen und wie die zum Kochen verwendete Kokosmilch hergestellt wird. Auch das Öffnen einer Kokosnuss will gelernt sein. In unserer Kokosküche werden wir weitere Kokosprodukte wie Kokosblütenzucker und Kokosmehl verwenden und raffinierte Rezepte vom Mango-Kokos-Lassie über Rote-Beete-Kokossuppe, Kokoscurry und kreolischem Bananen-Kokos-Vanille-Küchlein im Bananenblatt bis zur veganen Kokoseiscreme kennen lernen. Zwischendurch gibt es Kokos-Geschichten aus dem Südpazifik und dem Indischen Ozean.
Die Lebensmittel sind aus ökologischem Anbau.
Sieglinde Fink ist Dipl.-Biologin und u. a.. auch Kräuterpädagogin und Wald- und Wiesenköchin.

92315U8
Sieglinde Fink
Samstag, 12.30 – 17.45 Uhr, 7 Ustd.
21. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
28 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Vegane Genüsse – Pralinen

In diesem Kochkurs geht es kreativ zu – es wird gemixt, geraspelt, gerollt, geformt, dekoriert.
Wir verarbeiten pure Zutaten aus ökologischem Anbau: Nüsse – von Macadamia bis Kokos, Trockenfrüchte – von Cranberrys bis Bananenchips, Getreide – von Braunhirseflakes bis gepopptem Amaranth, Schokolade – von dunkel bis weiß, Gewürze – von Vanille bis Chili. Daneben werden heimische wilde Superfoods wie getrocknete Brennnesselsamen eingearbeitet. Zum Dinner stärken wir uns mit einem frisch gemixten Frucht-Smoothie und Buchweizen-Pancakes. Bitte mehrere Gefäße für den Pralinen-Transport nach Hause mitbringen.
Sieglinde Fink ist Dipl.-Biologin und u. a.. auch Kräuterpädagogin und Wald- und Wiesenköchin.

92316U8
Sieglinde Fink
Freitag, 16.30 – 20.15 Uhr, 5 Ustd.
4. Dezember, Nachmittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt



Das tägliche Brot

Veganer Genuss aus dem eigenen Ofen: Französisches Vollkorn-Baguette, Dinkel-Grieß-Brötchen, Mandelzopf…aus Vollkornmehlen!
In diesem Back-Kurs erfahren Sie Wissenswertes über die gesundheitlichen Vorteile der Vollkornvariante sowie die Vorteile einer guten Versorgung mit Ballaststoffen.
Darüber hinaus erhalten Sie Tipps für den Umgang mit Vollkornmehlen und für die Brotzeit gibt es leckere, vegane Brot-Streicheleinheiten.*
15 € Lebensmittelkosten werden vor Ort bei der Kursleitung fällig.

92317U8
Cornelia Ermes
Dienstag, 17.30 - 21.15 Uhr, 5 Ustd.
15. September, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Probier's mal vegan!

Ein veganer Kochabend – die pflanzliche Küche in all ihren Facetten.
Wir kochen aus 100 % pflanzlichen Zutaten ein Menü – inspiriert von der Vielfalt der Küchen dieser Welt. Erleben Sie die geschmackliche Fülle veganer Speisen.
Ganz nebenbei erhalten Sie Informationen über den veganen Ernährungsstil, kritische Nährstoffe und welche Nahrungsmittel im Rahmen einer veganen Ernährungsweise besonders berücksichtigt werden sollten. *
15 € Lebensmittelkosten werden vor Ort bei der Kursleitung fällig.

92318U8
Cornelia Ermes
Donnerstag, 17.30 – 21.15 Uhr, 5 Ustd.
15. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

* Als ganzheitliche Ernährungstrainerin und Ernährungstherapeutin (Ausbildung beim Carrots & Coffee College – Fachakademie für angewandtes Ernährungswissen in Hannover) möchte Cornelia Ermes anderen Menschen zu einem nachhaltig gesünderen Ernährungsstil verhelfen. Sie informiert in ihren Kochkursen passend zum Thema über aktuelle Ernährungsempfehlungen, Gesundheitswirkungen und Einsatzmöglichkeiten naturbelassener Lebensmittel. Gerne beantwortet sie auch Fragen zum Thema vegane Ernährung und Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

Vegane Grüße zum Advent

Mit Fantasie und Kreativität lassen sich die schönsten Geschenke zaubern – und das auch ohne Butter, Ei und Milch.
Ob süß oder herzhaft, klein und fein: Zum Advent sind Leckereien aus der eigenen Küche ideale Mitbringsel und man darf sich dreifach darüber freuen – beim Zubereiten, beim Überreichen und beim Naschen… *
15 € Lebensmittelkosten werden vor Ort bei der Kursleitung fällig.

92319U8
Cornelia Ermes
Mittwoch, 17.30 – 21.15 Uhr, 5 Ustd.
11. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Go Vegan!
A vegan cooking class in english

This is the Vegan cooking class you've been waiting for. With a few simple methods, I will show you how to stock your pantry with the right ingredients, cook a healthy and flavourful meal in no time and use the leftovers to create an exciting lunchbox either for you, your children, colleagues or a crush.
We will talk through a few basics and put some nutritional facts together. It's not about becoming a die-hard vegan - it is about fun, organic and seasonal food and how to integrate it into your life(style). You will be amazed by the health benefits you can achieve easily, not to mention the weight loss and the taste explosion for your palate.
Let's get started – the time is now.
Rebecca Wirth has a diplom in pedagogics, worked as restaurant manager in London and is healthy diet ambassador.

92320U8
Rebecca Wirth
Sonntag, 13.15 – 17 Uhr, 5 Ustd.
27. September, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sprachkurse Englisch siehe Seite 137 ff

BACKEN – VOLL IM TREND

Weihnachtsbäckerei – weihnachtlicher Back- und Bastelkurs

Ein himmlischer Duft steigt uns in die Nase. Das vorweihnachtliche Plätzchenbacken zählt zu den schönsten und ältesten Ritualen und steigert unsere Vorfreude auf die Festtage. Also starten Sie doch den Advent mit Plätzchenbacken und nehmen Sie tolle Rezepte und eine Dose mit duftenden Plätzchen in die Vorweihnachtszeit mit. Aber in diesem Kurs backen wir nicht nur köstliche Weihnachtsplätzchen, die die Adventszeit mit ihren Liebsten versüßen. Auch für die passende Weihnachtsdeko wird gesorgt – mit einfachen Dekoideen für zu Hause und selbstgebastelten Grußkarten für die Liebsten. Es wird Tee und Kaffee gereicht. Kosten für das Dekomaterial in Höhe von ca. 10 € werden vor Ort von der Kursleitung erhoben. Bitte mitbringen: Schürze, Keksdose, eine Stumpenkerze, Bastelschere *

92321U8
Katharina Jahns
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
5. Dezember, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32 € + 9 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Friede, Freude, Schokokuchen – Backen für Schokoholics

Schokolade ist ein Seelentröster und nach einem Stück Schokokuchen sieht die Welt, wenn sie mal grau erscheint, gleich wieder ganz anders aus. In diesem Kurs backen wir schokoladige Köstlichkeiten, die wir anschließend gemeinsam an einer schön gedeckten Kaffeetafel verspeisen werden. Neben der Herstellung unwiderstehlicher Leckereien, erfahren Sie etwas über Schokolade, Tipps und Tricks rund um das schokoladige Backen sowie die Geschichte und Herkunft von Brownies, Cupcakes und Cookies. Es gibt eine Tasse Kakao. Bitte mitbringen: Transportmittel für übrig gebliebene Köstlichkeiten, Schürze, evtl. eigene Muffin- oder Springform und weitere Getränke. *

92322U8
Katharina Jahns
Sonntag, 10 – 16 Uhr, 10 Ustd.
8. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32 € + 10 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

* Unsere Kursleiterin Frau Jahns ist Hobbybäckerin und Fashion-Stylistin, back- und kochverliebt und niemals endend kreativ und möchte mit ihrer Leidenschaft auch andere anstecken!

SO KOCHT EUROPA

Traditionelle Griechische Küche von den Kykladen

Grenzenloses Blau, strahlender Sonnenschein, begleitet von einer frischen Brise…
so stellen sich das Ägäische Meer und seine Inseln vor. Doch auch karge Landschaften, schwere klimatische Verhältnisse und ein sehr begrenzter Ackerbau gehören dazu. Was die InsulanerInnen aus diesen Zutaten gemacht haben, welche Lebensmittel angebaut und wie sie zubereitet werden, können wir in diesem Kochkurs gemeinsam herausfinden. Soviel sei gesagt: Es handelt sich um eine „ehrliche", fleischarme Landküche, in der Hülsenfrüchte, Gemüse und Fisch die Hauptrolle spielen.
Aristi Dimou ist langjährige Kursleiterin für die Vermittlung der griechischen Sprache und für Kochkurse. Sie ist passionierte Köchin, deren Leidenschaft für die gute Küche im elterlichen Betrieb in Griechenland geweckt wurde.

92323U8
Aristi Dimou
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
21. November, Tagesveranstaltung
Haus der VHS
32 € + 14 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sprachkurse Griechisch siehe Seite 179

Türkische Küche: Menü

Lernen Sie die türkische Küche kennen und lieben. Kleine Gruppen oder einzelne TeilnehmerInnen kochen Vorspeisen, Suppen, Eintöpfe, Hauptgerichte und delikate Nachspeisen.
Anschließend wird beim Essen in der großen Runde über die Küche in der Türkei heute und über türkisch Kochen in Hannover gesprochen.
Ayse Sibel Willführ lebt seit vielen Jahren in Deutschland und ist begeisterte Köchin. Seit fast 20 Jahren leitet sie türkische Kochkurse und gibt die schmackhaften Rezepte, die sie von Ihrer Familie erlernte, an die TeilnehmerInnen ihrer Kochkurse weiter.
Bitte bringen Sie eine Schürze, ein Küchenmesser und kleine Vorratsdosen für Kostproben zum Mitnehmen mit.

92324U8
Ayse Sibel Willführ
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
9. September, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

→

92325U8
Ayse Sibel Willführ
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
2. Dezember, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Türkische Küche: Vorspeisen – Meze

„Meze" heißen die beliebten türkischen Vorspeisen aus verschiedenen Regionen der Türkei. Eine Auswahl wird zubereitet und gemeinsam bei einem Glas Wein verzehrt.
Daran knüpft sich ein Gespräch über Familientraditionen und moderne Einflüsse auf die türkische Küche an.
Ayse Sibel Willführ lebt seit vielen Jahren in Deutschland und ist begeisterte Köchin. Seit fast 20 Jahren leitet sie türkische Kochkurse und gibt die schmackhaften Rezepte, die sie von Ihrer Familie erlernte, an die TeilnehmerInnen ihrer Kochkurse weiter.
Bitte bringen Sie eine Schürze, ein Küchenmesser und kleine Vorratsdosen für Kostproben zum Mitnehmen mit.

92326U8
Ayse Sibel Willführ
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
14. Oktober, Abendveranstaltung
Haus der VHS
16 € + 11 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Spanische Tapaskultur und Wein – „gemeinsam kochen und genießen!"

Tapas sind herzhafte warme oder kalte Häppchen, die der Spanier zu einem Glas Wein, Bier oder Sherry vor dem Essen einnimmt, um den ersten Hunger zu stillen. Sie werden mehrere Variationen zu einem Menü zaubern – selbstverständlich mit Vor- und Nachspeise.
Als spanischer Muttersprachler und begeisterter Amateurkoch macht es Francisco Ruiz Diaz Freude mit anderen Menschen die spanische Koch- und Esskultur lebendig zu machen.
¡Que aproveche!

92327U8
Francisco Ruiz Diaz
Samstag, 11 – 15.30 Uhr, 6 Ustd.
19. September, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Tapaskultur auf spanisch! – „Cocinar juntos y disfrutarlo en epañol!"

Tapas son sabrosos pequeños aperitivos que toma el enpañol con un vino, una cerveza o Sherry antes de la comida para calmar el hambre. Con nuestra creatividad sacaremos distintas tapas de la chisquera las que juntaremos a un menú – por supuesto con una sopa y un postre.
Como hablante nativo del Español y un aficionado cocinero me encanta con otras personas de darle vida a la cultura gastronómica española. ¡Que aproveche!
Sprachniveau ab Stufe A2

92328U8
Francisco Ruiz Diaz
Freitag, 17 – 21.30 Uhr, 6 Ustd.
9. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sprachkurse Spanisch siehe Seite 191 ff

♂ Männer unter sich kochen spanisch!

Spanische Küche erfordert Kreativität, Teamgeist, Neugier und Liebe zum Detail. Für Männer genau das Richtige um sich zu entfalten – unter sich! Es wirkt wie Medizin und macht einen sogar lebendiger – so die Erfahrungen in vergangenen Kochkursen. Sie werden mehrere einfache, schnelle und leckere Gerichte zaubern, gemeinsam verspeisen und dazu passende spanische Weine probieren.
Als spanischer Muttersprachler und begeisterter Amateurkoch macht es Francisco Ruiz Diaz Freude mit anderen Menschen die spanische Koch- und Esskultur lebendig zu machen.
¡Que aproveche!

92329U8
Francisco Ruiz Diaz
Samstag, 11 – 15.30 Uhr, 6 Ustd.
7. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € + 18 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ayurveda-Küche für EinsteigerInnen siehe Seite 69

Die Ernährung der Traditionellen Chinesischen Medizin siehe Seite 70

Stimmungszauber und Gaumenfreuden für die Weihnachtszeit siehe Seite 71

Mit Jugendlichen – lebendig und spanisch kochen!

Kochen muss Spaß machen, unkompliziert sein, schnell gehen, toll schmecken und gesund sein! Wir wollen ein spanisches Erlebniskochen veranstalten – kreative Speisen zaubern und „majestätisch" verspeisen. Als lebendiger Spanier und begeisterter Amateurkoch freut sich Francisco Ruiz Diaz auf Eure Kochkreativität im jugendlichen Team!

92330U8

Francisco Ruiz Diaz
Dienstag – Donnerstag, 14 – 17 Uhr, 3 x 4 Ustd.
20. – 22. Oktober, Nachmittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € (bereits ermäßigt) + 13 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Pasta selbst gemacht

Nudeln stehen auf dem Speiseplan von vielen. Doch meist werden sie schnell im Supermarkt gekauft. Wie einfach deren Zubereitung ist, wird in diesem Kurs vermittelt. Dazu werden noch unterschiedliche Saucen hergestellt und im Anschluss bei einem Gläschen italienischen Rotweins verzehrt. Bitte eine Schürze mitbringen. Leonarda Del Nobile ist Italienisch-Dozentin an der VHS und möchte die Leidenschaft des Kochens weitergeben.

92346U8

Leonarda Del Nobile
Montag, 17 – 21.30 Uhr, 6 Ustd.
5. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Pasta fatta in casa

Mangiate regolarmente pasta, ma la comprate sempre al supermercato? Vi piacerebbe imparare a farla con le vostre mani? Non è difficile! In questo corso vogliamo preparare della pasta fresca, cucinare diversi tipi di salsa e, naturalmente, mangiare accompagnati da un bicchiere di vino rosso. Non dimenticate di portare un grembiule! Leonarda Del Nobile è docente di italiano alla VHS con l'hobby della cucina.

92347U8

Leonarda Del Nobile
Montag, 17 – 21.30 Uhr, 6 Ustd.
12. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Antipasti – italienische Vorspeisen

Tomate-Mozzarella mit Basilikum sind schon fast ein Bestandteil der deutschen Küche geworden. Doch wo liegt der Ursprung in dieser Trikolore-Vorspeise? Kommen Sie mit auf eine geschmackliche Reise durch Italien und entdecken Sie die Vielfalt der Antipasti. Wir bereiten gemeinsam kleine Vorspeisen zu, die dann im Anschluss bei einem Glas Wein verzehrt werden.
Bitte bringen Sie sich eine Schürze mit.
Leonarda Del Nobile ist Italienisch-Dozentin an der VHS und möchte die Leidenschaft des Kochens weitergeben.

92348U8

Leonarda Del Nobile
Montag, 17 – 20.45 Uhr, 5 Ustd.
2. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 12 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Sprachkurse Italienisch siehe Seite 172 ff

SO KOCHT DIE WELT

Pelmeni – russische Teigtaschen herzhaft und süß gefüllt

Pelmeni ist das absolute Nationalgericht der Russen. Mit großem Genuss werden die kleinen Teigtaschen in allen Gegenden Russlands gegessen und sind längst in weiten Teilen der Welt angekommen.
In diesem Kurs wollen wir uns den leckeren Teigtaschen widmen, gemeinsam den Teig kneten, ausrollen und ausstechen, um ihn anschließend mit verschiedenen Varianten herzhaft und süß zu füllen und selbstverständlich gemeinsam in geselliger Runde verkosten.
Frau Jahns ist Hobbybäckerin und Fashion-Stylistin, back- und kochverliebt und niemals endend kreativ und möchte mit ihrer Leidenschaft auch andere anstecken!
Bitte mitbringen: Schürzen, kleine Transportboxen für übrig gebliebene Pelmenis

92331U8

Katharina Jahns
Freitag, 18 – 21 Uhr, 4 Ustd.
13. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 8 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Syrische Küche

Die Küche des Mittelmeerraums bietet eine Vielfalt von landestypischen Variationen. Die syrische Küche hat viel mit der des Nachbarlandes, dem Libanon, gemeinsam.
Durch die Zubereitung von Gerichten wie Hummus (pürierte Kichererbsen), Falafel (frittierte Bällchen aus Kichererbsenbrei), Taboulé (Petersiliensalat mit Minze, Tomate und Bulgur), Warak Enab (mit Reis, Tomaten und Petersilie gefüllte Weinblätter) erschmecken wir die syrische Küche.
Faten Ghazal ist Kursleiterin für die arabische Sprache und möchte Sie mit der Küche ihrer Heimat Syrien bekannt machen.

92332U8

Faten Ghazal
Sonntag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
15. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32 € + 14 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Trend Nordindische Küche

„Jede Mahlzeit soll zuerst das Auge, dann die Nase und dann den Gaumen verführen." (indische Redensart).
Genießen Sie einen Tag mit indischen Gerichten, zum Beispiel Pakoras, Dals, Curry-Gerichten mit Basmati-Reis und Desserts. Dazu erhalten Sie Informationen über indische Gewürze, deren Anwendungen – basierend auf jahrhundertealtem, überliefertem Wissen – und Kochtechniken. Bitte bringen Sie eine Schürze, Getränke für sich selbst und Hunger mit.
Schon als Kind hat Santosh Kesar Ihrer Großmutter und Mutter beim Kochen über die Schulter geschaut. Ihre Kenntnisse hat sie durch Fortbildungen vertieft und freut sich, diese an Sie weiter zu geben. Santosh Kesar ist gebürtige Inderin und Kursleiterin für die indische Nationalsprache Hindi.

92333U8

Santosh Kesar
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
17. Oktober, Tagesveranstaltung
Haus der VHS
32 € + 13 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Persische Küche

Die Küche Persiens hat orientalische und asiatische Wurzeln. Sie hat Gemeinsamkeiten mit der indischen Küche, aber nicht deren Schärfe. Kunstvolle Zubereitung und Geschmacksharmonien der Zutaten spielen eine große Rolle. Bestimmende Zutaten sind Duftreis in seinen verschiedenen Variationen, frisches Gemüse wie Auberginen, Zucchini, Bohnen. Paprika und Kräuter wie Petersilie und Pfefferminze, Obstsorten, Nüsse, raffinierte Fleischsoßen und gegrilltes Fleisch (Kabab).
Mahsa Deheshvar ist Ernährungsberaterin.
In diesem Kurs möchte sie Ihnen die Küche ihrer Heimat vorstellen.

92334U8

Mahsa Deheshvar
Sonntag, 10.30 – 14.15 Uhr, 5 Ustd.
29. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 13 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Südamerika – Fisch und Meeresfrüchte

Die beiden Südamerika umgebenden Ozeane, Pazifik und Atlantik, bieten eine Vielfalt von Fischen und anderen Produkten, die überall auf der Welt den Appetit wecken.
Frau Mosquera-Grote lädt Sie ein, die kulinarischen Erfahrungen, die in ihrer Familie von Generation zu Generation weiter gegeben wurden, mit ihr zu teilen. Alle Rezepte haben einen exotischen und erotisierenden Akzent.
Begleiten Sie sie bei der Zubereitung von köstlichen, neuen Gerichten mit viel Latino-Geschmack, unter Verwendung von Fischen, die in Deutschland erhältlich sind.
Liz Sheyla Mosquera ist begeisterte Köchin und möchte Sie mit der Küche ihrer Heimat Kolumbien bekannt machen. Das Kochen hat sie von ihrer Mutter gelernt, die oft sagte: „Einen Mann erobert man am besten mit einem guten, exotischen Essen."

92335U8

Liz Sheyla Mosquera
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
10. Oktober, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32 € + 14 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Japanische Süßigkeiten und Teezeremonie

Hiroyo Nakamoto ist Teemeisterin aus Hiroshima. Sie zeigt das Herstellen verschiedener jeweils zu den Jahreszeiten passender Süßigkeiten. Die japanischen Süßigkeiten sind wie die japanische Küche sehr fettarm und leicht. Die Zutaten bilden unter anderem verschiedene Sorten Bohnen und Reis. Die KursteilnehmerInnen können das Zubereiten der Süßigkeiten erlernen und erfahren auch Interessantes aus der japanischen Kultur. Gemeinsam wird die japanische Teezeremonie inklusive Verköstigung der selbstgefertigten Süßigkeiten erlebt. Hiroyo Nakamoto ist Teemeisterin und offizielle Kulturbotschafterin der Stadt Hiroshima.

92336U8

Hiroyo Nakamoto
Samstag, 14 – 17 Uhr, 4 Ustd.
26. September, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 7 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

92337U8

Hiroyo Nakamoto
Samstag, 14 – 17 Uhr, 4 Ustd.
28. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16 € + 7 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Märchen und Speisen aus dem Orient – Genuss für alle Sinne

Gönnen Sie sich einen märchenhaften Tag, an dem Sie mit allen Sinnen genießen. Gemeinsam werden kleine Vorspeisen, Meze, zubereitet und verzehrt. Verfeinert werden diese mit orientalischen Gewürzen und der Freude am Kochen. Ebenso werden kleine süße Köstlichkeiten bereitet und vernascht. Doch auch die Ohren und die Phantasie werden angesprochen: Ein Märchenerzähler entführt Sie in die Welt aus 1001 Nacht. Vorkenntnisse sind keine nötig. Bringen Sie bitte eine Schürze, gute Laune und guten Appetit mit. Auch kleine Behälter sind praktisch, wenn Sie nicht alles schaffen sollten. Barbara Fuchs ist u. a. Ernährungsberaterin und begeisterte Orient- und Asienreisende. Klaus Scheede ist ausgebildeter Märchenerzähler und wird Sie in die Welt von 1001 Nacht entführen.

92338U8

Barbara Fuchs, Klaus Scheede
Sonntag, 10 – 15.15 Uhr, 7 Ustd.
22. November, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32 € + 14 € Lebensmittelkosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

WEIN, WHISKY & MEHR

Wein & Käse

Die sortenreiche Käseplatte nach dem Hauptgang ist für viele die Vollendung des feinen Menüs. In Verbindung mit dem passenden Wein können somit neue Geschmackswelten eröffnet werden. Es ist stets erstaunlich, wie gut sich Weißwein vor Rotwein bei der so genannten ‚Marriage' behaupten kann. In diesem Kurs möchte ich Ihnen die vielfältige francophile Käse- und Weinwelt präsentieren. Ein Pflichtprogramm für alle Gourmets.
Bitte bringen Sie Mineralwasser und drei Probiergläser für die Verkostung mit. *

92339U8

Wolfgang Banovits
Freitag, 17.45 – 21.30 Uhr, 5 Ustd.
16. Oktober, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 30 € für Wein und Käse
+ 3,50 Bearbeitungsentgelt

Cabernet Sauvignon – Polyglott und facettenreich

Der Cabernet Sauvignon trat von der Heimatregion Bordeaux ihren Siegeszug in die große weite Weinwelt an. Mit rund 300.000 Hektar Fläche ist sie die meist angepflanzte rote Rebsorte weltweit. In diesem Kurs erfahren Sie die unterschiedlichen regionalen Einflüsse bezüglich Klima und Boden, sowie traditionelle und moderne Ausbaumethoden im Weinkeller. Wie gewohnt, werden Beispiele der neuen und alten Welt gegenübergestellt. Zudem wird es eine verdeckte Verkostung zur Verdeutlichung der Qualitätsunterschiede geben. Bitte bringen Sie Mineralwasser mit. *

92340U8

Wolfgang Banovits
Freitag, 17.45 – 21.30 Uhr, 5 Ustd.
20. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 26 € Weinkosten
+ 3,50 Bearbeitungsentgelt

Internationale Rebsortenweine im direkten Vergleich

Die (W)Einkaufsentscheidung bei KundInnen bezieht sich seit geraumer Zeit auf die bevorzugte Rebsorte und weniger auf die Herkunft des Weins. Dass jedoch beides zusammen den besonderen regionalen Weinstil ergeben, soll in diesem Kurs dargestellt werden. Die französischen Winzer haben hierfür den Begriff „Terroir" geprägt. In diesem Kurs stelle ich Ihnen die sechs wichtigsten Rebsorten anhand einer internationalen Weinverkostung vor:

- Cabernet Sauvignon
- Pinot Noir (Spätburgunder)
- Syrah/Shiraz
- Riesling
- Chardonnay
- Sauvignon Blanc

Bitte bringen Sie Mineralwasser mit. *

92341U8

Wolfgang Banovits
Samstag, 14 – 17.45 Uhr, 5 Ustd.
17. Oktober, Nachmittagsveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 26 € Weinkosten
+ 3,50 Bearbeitungsentgelt

Fisch und Wein

Wir erinnern uns alle an den Butler von Miss Sophie, wenn er „White wine with the fish" serviert. Die heutige Auswahl an Fisch und Meeresfrüchten lässt jedoch gern mehr zu. Je nach Art der Zubereitung können neben Weißwein auch Rosé sowie Rotwein zum Fisch harmonieren.
Für diesen Kurs konnten wir den leidenschaftlichen Hobbykoch Wolfgang Schatz gewinnen. Diese Veranstaltung hat Workshop-Charakter denn selbständiges Kombinieren zwischen Fisch und Wein ist durchaus gewünscht. *À votre santé!* *

92342U8

Wolfgang Schatz, Wolfgang Banovits
Sonntag, 13 – 16.45 Uhr, 5 Ustd.
18. Oktober, Tagesveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
20 € + 26 € Lebensmittel- und Weinkosten
+ 3,50 Bearbeitungsentgelt

Schottische Single Malt Whiskies der Speyside Region

Die Speyside gilt als zentrale Whisky-Region Schottlands, da hier nicht nur die meisten und produktivsten Brennereien liegen, sondern auch Mälzereien, Böttchereien oder unabhängige Abfüllbetriebe. Speyside zählt zwar zur geographischen Region der Highlands, wird aber als eigenständige Whisky-Region betrachtet. Die Whiskies werden oft als harmonisch und elegant, sowie fruchtig bis floral beschrieben. Nur wenige Ausnahmen sind deutlich vom Torffeuer geprägt. In diesem Kurs werden klassische Originalabfüllungen und limitierte unabhängige Abfüllungen von namhaften Brennereien präsentiert. Das genussvolle Finale der Verkostung bildet die Kombination „Whisky und Schokolade".
Bitte bringen Sie stilles Mineralwasser und ein Baguette mit. Für stilgerechte Nosinggläser ist gesorgt. *Sláinte.* *

92343U8

Wolfgang Banovits
Freitag, 17 – 21.30 Uhr, 6 Ustd.
27. November, Abendveranstaltung
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
24 € + 35 € Whiskykosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

* Wolfgang Banovits ist WSET Diploma Holder for Wines and Spirits, Graduated Expert of the Scotch Whisky Heritage Centre Graduate of the Edinburgh Scotch Whisky Training School und graduierter Käsefachmann der Schweizer Käseakademie.

24grad KAFFEE RÖSTEREI

Kaffeewissen und Genuss

Wie wird Kaffee produziert? Was sind die Merkmale von hochwertigem Kaffee? Im Rahmen dieses Seminars werden wir Ihnen bei einer Tasse Kaffee Wissenswertes über den Weg des Kaffees von der Kaffeekirsche bis zum trinkfertigen Kaffeegetränk veranschaulichen. Gemeinsam schauen wir uns den Röstprozess an unserem Ladenröster an und im Anschluss daran verkosten wir verschiedene sortenreine Kaffees. Soweit wie möglich wird auch auf Fragen eingegangen, die Sie schon immer zum Thema Kaffee interessiert haben.

92103U8

Jürgen Piechaczek
Donnerstag, 17 – 20 Uhr, 4 Ustd.
14. Januar 2016, Abendveranstaltung
24grad – Kaffeerösterei, Engelbosteler Damm 52, 30167 Hannover
16 € + 5,50 € Kaffeekosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

92104U8

Jürgen Piechaczek
Donnerstag, 17 – 20 Uhr, 4 Ustd.
28. Januar 2016, Abendveranstaltung
24grad – Kaffeerösterei, Engelbosteler Damm 52, 30167 Hannover
16 € + 5,50 € Kaffeekosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

92105U8

Jürgen Piechaczek
Donnerstag, 17 – 20 Uhr, 4 Ustd.
25. Februar 2016, Abendveranstaltung
24grad – Kaffeerösterei, Engelbosteler Damm 52, 30167 Hannover
16 € + 5,50 € Kaffeekosten
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

4 HANDWERK UND TECHNIK

NÄHEN UND HANDARBEITEN	96
HANDWERK KREATIV	100
METALLVERARBEITUNG	103
RUND UMS HAUS	104

Foto: © cydonna/photocase.com

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Christiane Roth-Schönfeld
SPRECHZEITEN nach Vereinbarung
TEL 168-40872
ORT Haus der VHS, Raum 231, 2. Etage
E-MAIL
christane.roth-schoenfeld@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Pamela Coordes
TEL 168-45359
ORT Haus der VHS, Raum 208, 2. Etage
E-MAIL pamela.coordes@hannover-stadt.de

NÄHEN UND HANDARBEITEN

Nähen für EinsteigerInnen

Kurse 93500K8 – 93511K8
In diesen Kursen lernen Sie, mit der Nähmaschine vertraut zu werden, erwerben grundlegende Kenntnisse im Zuschnitt und nähen für sich ein unkompliziertes Kleidungsstück. Eigene Ideen können mit den Kursleiterinnen, soweit sie umsetzbar sind, abgesprochen werden.
Zum ersten Unterricht bringen Sie bitte mit: Schreibzeug, Zentimetermaß, Schnittfolie, Stecknadeln, Garn, Schere und Stoffreste für die ersten Nähversuche. Bitte noch keinen Stoff kaufen. Gerne können Sie auch Ihre eigene Nähmaschine mitbringen.
Diese Kurse setzen keine Nähkenntnisse voraus und finden im Hauptgebäude der Volkshochschule statt.

93500K8
Rita Kirschstein (Dipl.-Designerin)
Montag, 16.45 – 19 Uhr, 7 x 3 Ustd.
21. September. – 16. November
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93501K8
Rita Kirschstein (Dipl.-Designerin)
Montag, 19.15 – 21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
21. September. – 16. November
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93502K8
Rita Kirschstein (Dipl.-Designerin)
Montag, 16.45 – 19 Uhr, 7 x 3 Ustd.
23. November – 1. Februar (Weihnachtspause!)
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93503K8
Rita Kirschstein (Dipl.-Designerin)
Montag, 19.15-21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
23. November – 1. Februar (Weihnachtspause!)
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten
→

→

93504K8
Margret Tittmann (Damenschneiderin)
Dienstag, 16.45 – 19 Uhr, 10 x 3 Ustd.
22. September – 24. November
(auch in den Herbstferien)
Haus der VHS
75 € + 17 € Zusatzkosten

93505K8
Margret Tittmann (Damenschneiderin)
Dienstag, 19.15 – 21.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
22. September – 24. November
(auch in den Herbstferien)
Haus der VHS
75 € + 17 € Zusatzkosten

93506K8
Ruhanghiz Gharabaghi (Dipl.-Designerin)
Mittwoch, 16.45 – 19 Uhr, 7 x 3 Ustd.
23. September – 18. November
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93507K8
Ilona Burgstaller
(Damenmaßschneiderin/Dipl.-Modedesignerin)
Mittwoch, 19.15 – 21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
23. September – 18. November
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93508K8
Ilona Burgstaller
(Damenmaßschneiderin/Dipl.-Modedesignerin)
Mittwoch, 19.15 – 21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
25. November – 3. Februar (Weihnachtspause!)
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93509K8
Ruhanghiz Gharabaghi (Dipl.-Designerin)
Donnerstag, 16.45 – 19 Uhr, 7 x 3 Ustd.
24. September – 19. November
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

93510K8
Ilona Burgstaller
(Damenmaßschneiderin/Dipl.-Modedesignerin)
Donnerstag, 19.15 – 21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
24. September – 19. November
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten
→

→

93511K8
Ilona Burgstaller
(Damenmaßschneiderin/Dipl.-Modedesignerin)
Donnerstag, 19.15 – 21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
26. November – 4. Februar 2016
(Weihnachtspause!)
Haus der VHS
52,50 € + 17 € Zusatzkosten

ANGEBOT AM VORMITTAG

Nähen für EinsteigerInnen

Für Alle, die lieber am Vormittag ein neues Hobby für sich entdecken möchten.
Auch in diesem Kurs lernen Sie, mit der Nähmaschine vertraut zu werden und erwerben erste Grundkenntnisse im Zuschnitt. Egal ob ein erstes einfaches Kleidungsstück für sich oder ein Baby, eine Kleinigkeit zum Verschenken, wie z. B. ein Schminktäschchen, etwas für Ihre Wohnung – Sie werden ein selbstgenähtes Lieblingsstück mit nach Hause nehmen können. Beim ersten Treffen besprechen Sie mit der Kursleiterin, was möglich ist und dann kann es losgehen..
Bitte noch keinen Stoff kaufen. Gerne können Sie auch Ihre eigene Nähmaschine mitbringen.

93512K8
Natalie Poehl (Damenschneidermeisterin)
Mittwoch, 10 – 12.15 Uhr, 6 x 3 Ustd.
4. November – 9. Dezember
Haus der VHS
45 € + 17 € Bearbeitungsentgelt

THEMENANGEBOTE IN DER WOCHE

Tieraccessoires, Tiermode und Tierkörbchen

Nähen Sie für Ihren Hund oder Ihre Katze ein kuscheliges Körbchen, ein Halsband mit passendem Schlüsselanhänger für sich selbst oder etwas zum Anziehen für Ihr Haustier.
Am ersten Abend wird besprochen, was möglich ist. Eigene Ideen können mit den Kursleiterinnen, soweit sie umsetzbar sind, abgesprochen werden.

93513K8
Ilona Burgstaller
(Damenschneiderin/Dipl.-Modedesignerin)
Mittwoch, 16.45 – 19 Uhr, 4 x 3 Ustd.
13. Januar – 3. Februar 2016
Haus der VHS
33,60 € + 8,50 € Zusatzkosten

Machen Sie Ihren Nähmaschinenführerschein

Wenn Sie mal nicht mehr weiter wissen, weil Ihre Nähmaschine streikt, brauchen Sie nicht mehr zu verzweifeln und die Maschine zum Techniker bringen.
Ilona Burgstaller zeigt Ihnen erste Hilfemaßnamen. Was könnte der Grund des Nähmaschinenstreiks sein? Manchmal sind es nur wenige kleine Handgriffe und sie näht wieder.

93514K8
Ilona Burgstaller
(Damenschneiderin /Dipl.-Modedesignerin)
Freitag, 17 – 19.15 Uhr, 3 Ustd.
13. November
Haus der VHS
7,50 € + 6 € Zusatzkosten

93515K8
Ilona Burgstaller
(Damenschneiderin /Dipl.-Modedesignerin)
Freitag, 17 – 19.15 Uhr, 3 Ustd.
22. Januar 2016
Haus der VHS
8,40 € + 6 € Zusatzkosten

ANGEBOTE AM WOCHENENDE

Eine Hülle zum Wohlfühlen – Mantel aus Walkloden

Auch für AnfängerInnen ein Erfolgserlebnis.
Hier verwenden Sie ein Material, das besonders für AnfängerInnen mit geringen Aufwand leicht zu verarbeiten ist. Mit schnellem Erfolg halten Sie ein einzigartiges Kleidungsstück in Ihren Händen. Für einen Mantel ist dieses Material perfekt geeignet. Zuschneiden, stecken und zusammenbringen ohne zu versäubern, es macht einfach Spaß. Mit kreativen Ideen können Sie Ihrer Phantasie freien Lauf lassen und so Taschen und Kragenlösungen selbst gestalten. Seien Sie Ihr/e eigene/r Designer/in und ernten Sie viel Lob für Ihr neues Outfit.
Am Infoabend, an dem Sie Stift und Papier mitbringen, erhalten Sie eine Materialliste, aus der Sie ersehen können, was Sie für die Fertigstellung benötigen.

93533K8
Katrin Stuka (Dipl.-Designerin)
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr (Vorbesprechung)
6. Oktober
Sonntag, 9 – 17 Uhr, 12 Ustd.
18. Oktober
Haus der VHS
30 € + 8,50 € Zusatzkosten

Ein Rock für alle Fälle – Vom Grundschnitt zum klassischen Stiftrock

Ob schick, fein, sportlich, alltagstauglich – schneller Erfolg auch für AnfängerInnen.
Sie erstellen nach Ihren eigenen Maßen einen Grundschnitt für einen klassischen Stiftrock. Durch die Materialwahl bekommt jeder Rock seine eigene Note und ist somit für viele Anlässe tragbar. Sie erstellen Ihren Schnitt, schneiden zu, fügen zusammen – eine schnelle Umsetzung an einem Wochenende.
Bitte bringen Sie zum Infoabend schon das nötige Material für die Erstellung des Rockschnittes mit (Maßband, eine Rolle Packpapier, Bleistift, Lineal, Schere, Taschenrechner). Weitere Informationen über notwendiges Arbeitsmaterial erhalten Sie ebenfalls an diesen Abend.

93516K8
Katrin Stuka (Dipl.-Designerin)
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr (Vorbesprechung)
14. Januar 2016
Samstag, 9.30 – 17.30 Uhr, 12 Ustd.
23. Januar 2016
Haus der VHS
33,60 € + 8,50 € Zusatzkosten

Dessous – Am liebsten selbst genäht

Dessous müssen chic aussehen und erschwinglich sein. Lernen Sie, wie Sie auf einfache Weise einen BH mit passendem Slip nähen können. Schlicht, ausgefallen, mit oder ohne Spitze – lassen Sie Ihre eigenen Vorstellungen wahr werden. Es ist einfacher als Sie denken.
Bei der Vorbesprechung werden Ihnen Schnitt- und Stoffmuster vorgestellt. Stoffe können bei der Kursleiterin bestellt werden.

93517K8
Rita Kirschstein (Dipl.-Designerin)
Mittwoch, 17.30 – 18.15 Uhr
4. November (Vorbesprechung)
Samstag, 10 – 16 Uhr
Sonntag, 10 – 14 Uhr, 13 Ustd.
21. + 22. März
Haus der VHS
32,50 € + 8,50 € Zusatzkosten

93518K8
Rita Kirschstein (Dipl.-Designerin)
Mittwoch, 17.30 – 18.15 Uhr
17. Dezember (Vorbesprechung)
Samstag, 10 – 16 Uhr
Sonntag, 10 – 14 Uhr, 13 Ustd.
16. + 17. Januar 2016
Haus der VHS
36,40 € + 8,50 € Zusatzkosten

Nähkurs speziell für Jugendliche
siehe Seite 14

Nähkurs für EinsteigerInnen

Baby- und Kindersachen leicht genäht

Ob zur Geburt, Taufe, zum Geburtstag oder natürlich für das eigene Kind – wie wäre es mit etwas Selbstgenähtem für die Kleinen! Spielhöschen, Sonnenhut, Babyschlafsack, Rock, Kleid… Einige Beispielmodelle werden vorgestellt, aber eigene Ideen und Wünsche, soweit sie umsetzbar sind, sind willkommen.
Dieser Kurs setzt keine Nähkenntnisse voraus. Bitte kaufen Sie noch keinen Stoff. Zum 1. Abend bitte Schreibzeug und Stoffreste für die ersten Nähversuche mitbringen.

93519K8
Delphine Chesnel (Modedesignerin)
Montag, 19.15 – 21.30 Uhr, 3 Ustd.
5. Oktober (Vorbesprechung)
Samstag, 9.30 – 16.30 Uhr, 3 x 8 Ustd.
17., 24. + 31. Oktober
Haus der VHS
47,50 € + 12 € Zusatzkosten

Nähen Sie sich gesund!

Es muss nicht immer etwas zum Anziehen sein… Nähen Sie einen Bauch- oder Brustwickel gegen Husten, Bauchweh oder andere Leiden und erfahren Sie einiges über die Wirkweisen und Anwendungsmöglichkeiten von Wickeln und Auflagen. Egal, ob Sie den Wickel für Ihr Baby, Kind oder für sich selbst fertigen, er wird in jedem Fall ein hilfreicher Begleiter durch die unterschiedlichsten Krankheitsbilder sein.
Am Ende des Kurstages haben Sie nicht nur ein selbst genähtes Teil dabei, sondern auch eine Handvoll Tipps und Rezepte zur Anwendung des Wickels.
Folgende Materialien sollen mitgebracht werden: Für einen kleinen Wickel: 30 x 80 cm Öko-Baumwollplüsch oder Öko-Schurwollplüsch, 60 x 80 cm Bouretteseide und 140 cm Baumwollband um die Bänder zu Binden. Für einen größeren Wickel: 30 x 140 cm Öko- Baumwollplüsch oder Öko-Schurwollplüsch, 60 x 140 cm Bouretteseide und 140 cm Baumwollband um die Bänder zu Binden Zusätzlich noch Garn, am besten in der Farbe Creme.
Die Stoffe können auch für 12 € bzw. 20 € bei der Kursleiterin erworben werden. Sie bringt verschiedene Baumwollstoffe zur Auswahl mit.

93520K8

Ilona Burgstaller
(Damenschneiderin /Dipl.-Modedesignerin)
Samstag, 10 – 16.30 Uhr, 8 Ustd.
7. November
Haus der VHS
34,40 € + 6 € Zusatzkosten

Kleiderschrankcheck

Eine Stylingberatung mal anders.
Sie sind nicht zufrieden mit Ihrem Modestyling? Möchten mehr aus Ihrem Typ machen?
Bringen Sie Kleidungsstücke aus Ihrem Kleiderschrank mit, die Ihnen gefallen, von denen Sie aber nicht wissen, wie oder womit Sie sie kombinieren sollen.
Wir entscheiden, welche Kleidungsstücke sich an der Nähmaschine so aufpeppen lassen, dass Sie wieder zu Ihren Lieblingsstücken werden.

93521K8

Ilona Burgstaller
(Damenschneiderin /Dipl.-Modedesignerin)
Freitag, 16.45 – 19 Uhr
29. Januar 2016
Samstag + Sonntag, 10 – 16.30 Uhr, 19 Ustd.
30. + 31. Januar 2016
Haus der VHS
53,20 € + 12 € Zusatzkosten

Karneval-Kostüme selber nähen

Ein Nähwochenende ganz im Zeichen der närrischen Tage. Nähen Sie die Karnevalskostüme für sich und Ihre Kinder einfach selbst. Mit fachlicher Unterstützung setzen Sie Ihre Vorstellungen und Wünsche um. Bei einem ersten Treffen werden die Modelle ausgewählt und die „Einkaufsliste“ besprochen.
Sollten Sie schon Schnitt und Stoff haben, so bringen Sie Ihr Material einfach mit. Modellhefte und Schnitte sind aber auch im Kurs vorhanden.

93522K8

Cornelia Kiehm (Damenschneidermeisterin)
Freitag, 18 – 19.30 Uhr (Vorbesprechung)
8. Januar 2016
Samstag, 9.30 – 16.15 Uhr
Sonntag, 9.30 – 13.15 Uhr, 15 Ustd.
9. – 10. Januar 2016
Haus der VHS
42 € + 12 € Bearbeitungsentgelt

Kompaktkurs für AnfängerInnen
und fortgeschrittene AnfängerInnen

Nähen macht Spaß

Die letzte „ Nähstunde“ liegt schon etwas zurück und Sie möchten noch einmal mit dem Nähen beginnen oder sind neugierig auf etwas Neues? In diesem Kurs nähen Sie einen Rock, eine Bluse oder Hose nach einfachen Schnitten unter Berücksichtigung der eigenen Maße. Sie erwerben grundlegende Kenntnisse im Zuschnitt und im Nähen. Bei Bedarf auch die Handhabung der eigenen Nähmaschine.
Der erste Abend dient der Vorbesprechung.
Bitte kaufen Sie noch keine Stoffe und Schnitte.

93523K8

Cornelia Kiehm (Damenschneidermeisterin)
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr (Vorbesprechung)
11. November
Freitag, 18 – 21 Uhr
Samstag, 9.30 – 16.15 Uhr
Sonntag, 9.30 – 13.15 Uhr, 19 Ustd.
20. – 22. November
Haus der VHS
53,20 € + 12 € Bearbeitungsentgelt

93524K8

Cornelia Kiehm (Damenschneidermeisterin)
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr (Vorbesprechung)
16. Dezember
Freitag, 18 – 21 Uhr
Samstag, 9.30 – 16.15 Uhr
Sonntag, 9.30 – 13.15 Uhr, 19 Ustd.
8. – 10. Januar 2016
Haus der VHS
53,20 € + 12 € Bearbeitungsentgelt

Kompaktkurse für Fortgechrittene

Angefangene Nähprojekte oder ein neues, selbst genähtes Kleidungsstück in Planung?

An diesem Wochenende haben Sie die Möglichkeit, Kleidung oder andere Nähprojekte in netter Atmosphäre zu nähen.
Je nach Kenntnisstand werden, mit individueller Betreuung, Verarbeitungsstechniken und Kniffe erklärt, die zum Erfolg führen, eigene Ideen zu verwirklichen.
Näherfahrung und der sichere Umgang mit der Nähmaschine sind Voraussetzungen
Bitte mitbringen: Nähprojekt (Schnitt, Stoff, Zutaten) Nähutensilien, ggf. Papier zum Durchpausen des Schnittes.

93530K8

Christine Grabber/M3
(Dipl. Modedesignerin/Damenschneidergesellin)
Samstag + Sonntag, 10 – 17 Uhr, 16 UStd
10. + 11. Oktober
Haus der VHS
56 € + 8,50 € Bearbeitungsentgelt

93531K8

Christine Grabber/M3
(Dipl. Modedesignerin/Damenschneidergesellin)
Samstag + Sonntag, 10 – 17 Uhr, 16 UStd
5. + 6. Dezember
Haus der VHS
56 € + 8,50 € Bearbeitungsentgelt

93532K8

Christine Grabber/M3
(Dipl. Modedesignerin/Damenschneidergesellin)
Samstag + Sonntag, 10 – 17 Uhr, 16 UStd
16. + 17. Januar 2016
Haus der VHS
56 € + 8,50 € Bearbeitungsentgelt

STRICKEN UND HÄKELN

Für Anfänger oder fortgeschrittene Anfänger

Stricken, Häkeln – Voll im Trend

Der ideale Workshop um ins Trendthema „Stricken und Häkeln“ einzusteigen.
Sie erlernen Grundkenntnisse im Stricken und Häkeln oder erweitern Ihre vorhandenen Kenntnisse. Alles wird anschaulich vorgeführt und erklärt. Auf diese Weise erstellen Sie im Kurs z. B. Socke, Stulpe, Mütze oder Schal. Auch im Bereich Home-Deko können schöne Accessoires gefertigt werden. Einige Beispielmodelle werden vorgestellt. Modellhefte sind im Kurs vorhanden, können aber auch mitgebracht werden.
Totale Anfänger bringen bitte zum ersten Abend 50 g Baumwollgarn (Topflappengarn), Strick- und Häkelnadel in entsprechender Stärke mit.
Ist schon eine genaue Vorstellung für das Werkstück vorhanden, kann entsprechendes Material mitgebracht werden.

93525K8
Cornelia Kiehm (Damenschneidermeisterin)
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 5 x 4 Ustd.
16. September – 14. Oktober
Haus der VHS
56 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

93526K8
Cornelia Kiehm (Damenschneidermeisterin)
Mittwoch, 18 – 21 Uhr, 5 x 4 Ustd.
13. Januar – 10. Februar 2016
Haus der VHS
56 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Häkeltiere selbstgemacht

Selbstgemachte Kuscheltiere haben einen ganz besonderen Reiz. Ein wenig nostalgisch, sehr liebevoll aber vor allem sehr niedlich. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie kleine Häkeltiere selbst herstellen können. Dabei lernen Sie einige Grundtechniken, die Sie zum Häkeln benötigt. Grundkenntnisse im Häkeln sind von Vorteil, jedoch keine Voraussetzung. Am ersten Abend wollen wir bereits einige Grundtechniken ausprobieren, bringen Sie bitte Häkelgarn und eine Häkelnadel in passender Größe mit. Anschließend besprechen wir, welches Garn und welche Häkelnadel für die Häkeltiere zu kaufen sind.

93527K8
Rosalinda Schreivogel
Mittwoch, 18 – 20.15 Uhr, 5 x 3 Ustd.
11. November – 9. Dezember
Haus der VHS
37,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

NÄHEN

Nähen für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene bieten wir Ihnen auch in Kooperation mit der Berufsfachschule M3 an.

Kompaktkurs für AnfängerInnen und fortgeschrittene AnfängerInnen

Nähen macht Spaß

Die letzte „Nähstunde“ liegt schon etwas zurück und Sie möchten noch einmal mit dem Nähen beginnen oder sind neugierig auf etwas Neues? In diesem Kurs nähen Sie einen Rock, eine Bluse oder Hose nach einfachen Schnitten unter Berücksichtigung der eigenen Maße. Sie erwerben grundlegende Kenntnisse im Zuschnitt und im Nähen. Bei Bedarf auch die Handhabung der eigenen Nähmaschine.
Der erste Abend dient der Vorbesprechung. Bitte kaufen Sie noch keine Stoffe und Schnitte.
Cornelia Kiehm ist Damenschneidermeisterin.

93120K8
Cornelia Kiehm/M3
(Damenschneidermeisterin)
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr (Vorbesprechung)
15. September
Freitag, 18 – 21 Uhr
Samstag, 9.30 – 16.15 Uhr
Sonntag, 9.30 – 13.15 Uhr, 19 Ustd.
18. – 20. September
M3, Marienstraße 43
87,40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Nähen für Fortgeschrittene

Als Fortgeschrittene haben Sie schon einmal an der Nähmaschine gesessen und erste Näherfahrungen gesammelt. Wir wagen uns nun an kompliziertere Modelle, kopieren Schnittmuster und erlernen figurbedingte Abänderungen vorzunehmen. Taschen und Reißverschlussvarianten etc. können erlernt werden, wobei vorrangig die eigenen Vorstellungen umgesetzt werden. Individuell wird besprochen, wie fit Sie an der Nähmaschine sind und wie sich die weitere Vorgehensweise gestaltet.

93528K8
Christine Grabber/M3
(Dipl. Modedesignerin/Damenschneidergesellin)
Montag, 18 – 20.15 Uhr, 7 x 3 Ustd.
2. November – 14. Dezember
M3, Marienstraße 43
105 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

„Wir nähen weiter!“

Angefangene Projekte, neue Ideen, Lieblingsstücke kreieren?
Hier gibt es die Möglichkeit diese zu verwirklichen. Grundkenntnisse im Nähen wären wünschenswert, aber auch Einsteigerinnen, die Lust auf Nähen haben, sind willkommen. Wir kopieren Schnittmuster/Lieblingsteile, erlernen figurbedingte Abänderungen vorzunehmen.
Im Vordergrund steht die Umsetzung der eigenen Vorstellungen.

93529K8
Christine Grabber/M3
(Dipl. Modedesignerin/Damenschneidergesellin)
Montag, 18 – 20.15 Uhr, 7 x 3 Ustd.
11. Januar – 22. Februar 2016
M3, Marienstraße 43
105 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

HANDWERK KREATIV

Herbstfilzerei

Wenn es draußen kälter wird, ist Wolle ein tolles Material, um sich den Herbst etwas wärmer und farbenfroher zu gestalten. Das Nassfilzen mit seinen unterschiedlichen Techniken bietet sowohl EinsteigerInnen als auch Filzerfahrenen die Möglichkeit, z. B. etwas Dekoratives für die eigenen vier Wände zu arbeiten oder vielleicht auch ein paar kuschelige Accessoires für sich oder als Geschenk. Ob nun Gefäße, Taschen, Stulpen, Windlichter, Handytaschen, Figuren oder andere Dinge, jeder erhält Unterstützung bei der Umsetzung eigener Ideen und erlernt gleichzeitig die vielseitigen Bearbeitungsmöglichkeiten der Wolle.
Gearbeitet wird mit feinster Merinowolle als Kammzug und Vlies in vielen verschiedenen Farben.
Mitzubringen sind: 1 Plastikschale ca. 30 cm Durchmesser, 3 Handtücher, 1 scharfe Schere, 1 Plastiktüte zum Abtransport und wer hat, eine Automatte.
Materialkosten werden nach Verbrauch vor Ort abgerechnet, ca. 10 €

59508K8
Claudia Ries
Sonntag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
10. Oktober
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

NEU M3-WORKSHOPS
Kreative und Modebegeisterte aufgepasst:
Ab jetzt bietet M3 **Tages-, Wochen-end- und Abendkurse** für Anfänger und Fortgeschrittene an.
Infos unter: M3-MenschenMachenMode.de

Filziger Advent

Wer seine Adventsdekorationen mal etwas individueller gestalten möchte, ist in diesem Kurs gut aufgehoben. Mit dem Nassfilzen von Wolle kann man wunderbare, persönliche Objekte erarbeiten, die sich auch hervorragend als Geschenk eignen. Ob Lichtobjekte, dekorative Tannenwälder, schrullige Wichtel oder Schneemänner, vieles ist in diesem Workshop möglich, egal ob man EinsteigerIn ist oder schon Filzerfahrung besitzt.
Gearbeitet wird mit feinster Merinowolle als Kammzug und Vlies in vielen verschiedenen Farben.
Mitzubringen sind: 1 Plastikschale ca. 30 cm Durchmesser, 3 Handtücher, 1 scharfe Schere, 1 Plastiktüte zum Abtransport und wer hat, eine Automatte.
Materialkosten werden nach Verbrauch vor Ort abgerechnet, ca. 10 €

59509K8
Claudia Ries
Samstag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
14. November
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Filzige Weihnachtsgeschenke

Weihnachten kommt jedes Jahr immer sehr plötzlich, wie gut, wenn man da schon ein paar individuelle Geschenke parat hat. In diesem Kurs haben EinsteigerInnen und Filzerfahrene die Möglichkeit, einige Objekte mit persönlicher Note zu erstellen und dabei die unterschiedlichen Techniken des Nassfilzens zu erlernen, bzw. zu vertiefen.
Gearbeitet wird mit feinster Merinowolle als Kammzug und Vlies in vielen verschiedenen Farben.
Mitzubringen sind: 1 Plastikschale ca. 30 cm Durchmesser, 3 Handtücher, 1 scharfe Schere, 1 Plastiktüte zum Abtransport und wer hat, eine Automatte.
Materialkosten werden nach Verbrauch vor Ort abgerechnet, ca. 10 €

59510K8
Claudia Ries
Sonntag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
5. Dezember
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Filzige Wohnideen

In diesem Kurs haben sowohl Einsteiger als auch Filzerfahrene die Möglichkeit, Objekte mit persönlicher Note für die eigenen vier Wände zu gestalten.
Mit den verschiedenen Nassfilztechniken werden Hohlkörper angefertigt, aus denen dann z. B. Lichtobjekte, Gefäße, Papierkörbe, Schalen o.ä. entstehen. Mit Flächenfilz bespannte Keilrahmen dienen als dekorative Wandbilder oder Memoboards. Das Umfilzen verschiedener Materialien bietet weitere Anwendungsmöglichkeiten, wie z. B. das Einfilzen von Steinen als Türstopper, Schaumstoffplatten als Stuhlkissen oder Äste als Dekorationsobjekte.
Bei diesem Kurs bietet es sich an, die Dinge mitzubringen, die man geplant hat einzufilzen.
Gearbeitet wird mit feinster Merinowolle als Kammzug und Vlies in vielen verschiedenen Farben.
Mitzubringen sind: 1 Plastikschale ca. 30 cm Durchmesser, 3 Handtücher, 1 scharfe Schere, 1 Plastiktüte zum Abtransport und wer hat, eine Automatte.
Materialkosten werden nach Verbrauch vor Ort abgerechnet, ca. 15 €

59511K8
Claudia Ries
Sonntag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
16. Januar 2016
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Altes Handwerk neu entdeckt

Dazu bieten wir Ihnen interessante Kursangebote. Anne-Vibeke Christensen ist Dänin, unterrichtet an der VHS auch ihre Muttersprache und möchte Ihnen eine alte Handwerkskunst ihrer Heimat näher bringen.
Atma Dux ist freischaffende Kunsthandwerkerin und beschäftigt sich seit 2001 unter anderem mit mittelalterlichem Spinnen, Wolle und den verschiedensten Verarbeitungsprozessen und unterrichtet vergessene Handwerke.
Achim Dux kennt sich nicht nur in Mathematik gut aus, sondern hat sich u. a. auf unterschiedliche Möglichkeiten der Lederverarbeitung wie in früheren Zeiten spezialisiert.

Løbbinding – Dänische Handarbeit

Løbbinding hat sich in Dänemark zu einer sehr beliebten Handarbeit entwickelt. Es handelt sich um eine relativ einfache Technik, die weder viel Platz noch große Ausstattung erfordert. In den letzten Jahren ist es in Dänemark gelungen, die Technik wieder zu beleben, um Gebrauchsgegenstände wie Körbe, Taschen, Krüge und Schalen herzustellen.
An diesem Wochenende werden Sie drei Techniken kennenlernen. Bei der Technik geschlossener Verlauf wird ein Stück „Seele“ umwickelt, eine Form gestaltet und zusammengenäht. Bei der Technik offener Verlauf wird die „Seele“ nicht umwickelt, aber sonst ist der Vorgang wie beim geschlossenen Verlauf. Die dritte Technik heißt Tybrind und wird verwendet, um Taschen zu nähen.
Am Freitag werden Sie sich mit den Techniken und den unterschiedlichen Materialien vertraut machen und am Samstag können Sie mit Ihrem Wunsch-Produkt anfangen und es gegebenenfalls zu Hause fertig stellen.
Materialien werden zur Verfügung gestellt und gemäß eigenem Verbrauch im Kurs abgerechnet.
Bitte eine Schere mitbringen

59512K8
Anne-Vibeke Christensen
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 4 Ustd.
25. September
Samstag, 9 – 14 Uhr, 6 Ustd.
26. September
Haus der VHS
25 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

59513K8
Anne-Vibeke Christensen
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 4 Ustd.
15. Januar 2016
Samstag, 9 – 14 Uhr, 6 Ustd.
16. Januar 2016
Haus der VHS
28 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

AnfängerInnenkurs

Brettchenweben – die eigene Borte weben

Brettchenweben ist eine mittelalterliche Form des Bortewebens, die unkompliziert fast überall durchgeführt werden kann. Mit Hilfe eines Skatblattes und farbigem Baumwollgarn entstehen hier kunstvoll gewebte Bänder für das eigene Gewand. Außerdem werden wir uns dem Thema Doubleface und dem Weben mit mehreren Brettchensätzen, sowie dem Einweben von Gold- und Silberfäden, Perlen und Edelsteinen nähern, in Vorbereitung auf einen weiterführenden Kurs für fortgeschrittene BrettchenweberInnen.
Ein gefertigter Brettchensatz aus Holz und spezielle Brettchenwebrahmen (auch zum Schmuckbrettchenweben geeignet) können ausprobiert und auf Wunsch bei der Kursleiterin bestellt werden, ist aber für den Kursbesuch nicht erforderlich.
Mitzubringen: Schere, Stopfnadel, Skatblatt
Materialkosten von 19 € werden im Kurs erhoben.
Weiteres Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.

59514K8
Atma Dux
Montag + Dienstag, 17 – 21 Uhr , 2 x 5 Ustd.
16. + 17. November
Haus der VHS
25 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

AnfängerInnenkurs

Sprang

In der mehr als 3000 Jahre alten Webtechnik, die auch als ‚ägyptisches Flechtwerk‘ bekannt ist, können durch Verdrehen und Verweben der Kettfäden Schals, Taschen, Gürtel, Bänder, Westen, Decken, Behänge, Kleider, Raumteiler oder sogar dreidimensionale Objekte nach historischen Vorbildern oder eigene Kreationen entstehen.
An kurseigenen Webrahmen lernen die TeilnehmerInnen die Fertigung von dekorativen Haarnetzen aus der Bronzezeit bis zur Hängematten zum Chillen.
Mitzubringen: Schere
Materialkosten von 25 € werden im Kurs erhoben.
Zusätzliches Material und spezielle Sprang-Webrahmen können im Kurs bestellt und erworben werden.

59515K8
Atma Dux
Montag + Dienstag, 17 – 21 Uhr , 2 x 5 Ustd.
7. + 8. Dezember
Haus der VHS
25 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

AnfängerInnenkurs

Handspinnen wie im Mittelalter

Mit Stöckchen, Spindel oder dem eigenen Spinnrad. Wolle ist ein atmungsaktives Naturprodukt und nachwachsender Rohstoff, der in seiner Hautfreundlichkeit kaum übertroffen werden kann. Als Heilwolle wirkt sie pflegend und schmerzlindernd, gefärbt bringt sie den Jahreslauf als Regenbogen auf den Basteltisch oder in unseren Schrank. Praxisnah lernen Sie etwas über verspinnbare Fasern im Allgemeinen und Schafswolle im Besonderen. Sie erfahren etwas über ihre ‚Lieferanten‘ und die Verarbeitung vom Schaf bis zum Faden. Im Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre eigene Wolle zu kreieren und zu mischen und diese mittels Spinnstöckchen, einer selbst hergestellten Fall- und Kreuzspindel, unter fachkundiger Anleitung zu spinnen und zu verzwirnen. Außerdem wollen wir uns das erste Mal auch dem Thema Effektgarn und verschiedenen Verzwirntechniken als Vorbereitung auf einen weiterführenden Spinnkurses für fortgeschrittene SpinnerInnen nähern. Es besteht auch die Möglichkeit, das Spinnen am eigenen Spinnrad zu üben und zu erlernen. Mitzubringen: Schere
Materialkosten von 25 € werden im Kurs erhoben.
Weiteres Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.

59516K8
Atma Dux
Montag + Dienstag, 17 – 21 Uhr , 2 x 5 Ustd.
11. + 12. Januar 2016
Haus der VHS
28 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt
AnfängerInnenkurs

Silberschmuck der Wikinger – Viking Knit

In einer fast vergessenen Handwerkstechnik entstehen hier Schmuckstücke wie zu Zeiten der Wikinger. Aus verwobenen Drahtgeflechten arbeiten wir mit und ohne Perlen und „Edelsteinen“ Ringe, Ketten und Armbänder. Perfekt für den nächsten Mittelaltermarkt, als außergewöhnliches Geschenk oder für die eigene Schatztruhe.
Mitzubringen: kleine Flachzange, kleine Rundzange, Seitenschneider
Materialkosten von 19 € werden im Kurs erhoben
Weiteres Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.

59517K8
Atma Dux
Montag + Dienstag, 17 – 21 Uhr , 2 x 5 Ustd.
1. + 2. Februar 2016
Haus der VHS
28 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Die Lederwerkstatt

Wollten Sie sich schon immer mal eine schöne Ledertasche selbst herstellen? Benötigen Sie für Ihr mittelalterliches Gewand noch das ein oder andere Accessoire aus Leder oder den ein oder anderen Beutel? Oder wollen Sie lernen, wie man Lederreparaturen selbst machen kann? Dies und vieles anderes wollen wir in diesem Kurs kennen lernen. Sie können in jeden Bereich hereinschnuppern. Dabei soll der Kreativität der TeilnehmerInnen keine Grenze gesetzt werden. Jede/r soll versuchen, seine eigenen Ideen aus Leder umzusetzen.
Entdecken Sie die vielen Möglichkeiten, die das Material Leder bietet.
Auch die Rüstung für den Schwertkämpfer ist möglich ! Dies muss im Vorfeld mit dem Kursleiter abgesprochen werden.
Vermittelt werden Kenntnisse zur Verarbeitung auf verschiedene Arten. Vom Nähen mit der Ahle über verschiedene Flecht- und Fädeltechniken bis zum Nieten.
Natürlich wird auch über die Herkunft des Materials und seine Herstellung gesprochen.
Verwendet wird ausschließlich vegetabil gegerbtes Leder mit nachgewiesener Herkunft.
Materialkosten von 20 € bzw. nach Verbrauch werden im Kurs erhoben.

59518K8
Achim Dux
Samstag, 11 – 17.30 Uhr, 8 Ustd.
9. Januar 2016
Haus der VHS
22,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Schmieden für AnfängerInnen

Wer schon immer mal schauen wollte, wie man Metall mit dem Hammer verarbeitet und probieren möchte, sich ein eigenes kleines Messer zu schmieden, der hat in diesem AnfängerInnenkurs Gelegenheit dazu.
Vermittelt werden grundlegende Schmiedetechniken und jede/r Teilnehmer/in hat die Möglichkeit, sich selbst Gegenstände unter Anleitung zu schmieden. Natürlich werden auch Fragen der Sicherheit nicht außer Acht gelassen.
Materialkosten von 10 € bzw. nach Verbrauch werden im Kurs erhoben

59519K8
Achim Dux
Samstag, 11 – 17.30 Uhr, 8 Ustd.
16. Januar 2016
Werkraum Helmkestr. 7a
32 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

TON UND KERAMIK

Keramikarbeiten für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs arbeiten Sie kreativ mit verschiedenen Tonarten ohne Töpferscheibe. Sie erlernen neue oder verbessern Ihnen bekannte Durchführungstechniken und verarbeiten entsprechend passende Glasuren.

82500K8
Bärbel Klamke
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
9. September – 2. Dezember
Freizeitheim Ricklingen
72,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Wegen der großen Nachfrage an einem Wochenkurs bieten wir Ihnen einen Zusatzkurs im Werkstatt-Atelier two-lives an. In den gut ausgestatteten Räumlichkeiten können Sie sich vielfältig mit dem Werkstoff Ton beschäftigen.

Aufbaukeramik für AnfängerInnen und Fortgeschrittene – Am Vormittag

Individuelle Ideen der Kursteilnehmenden werden mittels unterschiedlicher Verarbeitungstechniken des Werkstoffs „Ton“ – ohne Einsatz einer Töpferscheibe - umgesetzt. Entstehen können dabei sowohl gebrauchskeramische Objekte wie beispielsweise Schalen, Becher, etc… sowie Dekorationskeramiken. Der Auftrag von Engoben, Oxiden oder Glasuren ermöglicht im Anschluss eine breite Auswahl weiterer Gestaltungsmöglichkeiten in der Endbearbeitung.
Die entstehenden Material- und Brennkosten werden individuell nach Verbrauch berechnet.
Fragen werden gern im Vorfeld geklärt.
E-Mail: *two-lives@gmx.de*, Tel. (0511) 6007369

82501K8
Silke Klein (Keramikkünstlerin)
Dienstag, 10 – 12.15 Uhr, 6 x 3 Ustd.
29. September – 17. November
two lives Einklang, Schlägerstraße 29
66,60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Phantasievolle Lichtobjekte als Raumschmuck

Unter fachlicher Anleitung entstehen individuelle Lichtschalen nach TeilnehmerInnenwünschen, die gebrannt bei 1250 °C als unglasierte Porzellanschalen mit einem Kerzen-Innenleben ihren ganz eigenen Charme entwickeln. Die entstehenden Material- und Brennkosten werden individuell nach Verbrauch im Anschluss berechnet.
Mitzubringen ist die eigene Verpflegung; Kaffee und Tee sind im Werkstatt-Atelier vorhanden.
Fragen werden gern im Vorfeld geklärt.
E-Mail: *two-lives@gmx.de*, Tel. (0511) 6007369 und zum Stöbern unser Blog: *twoliveseinklang.blogspot.com*

82502K8
Silke Klein (Keramikkünstlerin)
Sonntag 10 – 18 Uhr, 10 Ustd.
11. Oktober
two lives Einklang, Schlägerstraße 29
37 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ideal zum Verschenken: Leuchtkuben und andere Lichtobjekte aus Ton

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene, die in netter Runde mit dem Werkstoff „Ton“ und seinen vielfältigen Verarbeitungsmöglichkeiten in der Aufbaukeramik (keine Drehscheibe!) Leuchtkuben und andere Lichtobjekte aus gestalten wollen. Unter fachlicher Anleitung entstehen individuelle Lichtobjekte nach TeilnehmerInnenwünschen; an dem zweiten Termin werden die vorgebrannten Keramiken mit Oxiden, Engoben oder Glasuren eingefärbt/glasiert und für den zweiten Brand vorbereitet.
Die entstehenden Material- und Brennkosten werden individuell nach Verbrauch im Anschluss berechnet.
Mitzubringen ist die eigene Verpflegung; Kaffee und Tee sind im Werkstatt-Atelier vorhanden.
Fragen werden gern im Vorfeld geklärt.
E-Mail: *two-lives@gmx.de,*Tel.: (0511) 6007369 und zum Stöbern unser Blog: *twoliveseinklang.blogspot.com*

82503K8
Silke Klein (Keramikkünstlerin)
Sonntag, 10 – 18 Uhr, 10 Ustd.
25. Oktober
Sonntag, 12 – 18 Uhr, 7 Ustd.
8. November
two lives Einklang, Schlägerstraße 29
62,90 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Mosaik-Workshop

Mosaik ist eine der ältesten Techniken in der Kunst. Die ersten Mosaiken stammen aus dem vierten Jahrhundert v. Chr., als griechische Künstler Bodendekorationen erstellten.
Heute gibt es eine breitgefächerte Verwendung von Mosaiken in Kunst und Kunstgewerbe in den Bereichen Innenarchitektur, Architektur, Dekoration, Set-Design, Industrial Design, etc.
Der Workshop bietet Ihnen eine Einführung in die Technik des Mosaiks unter den Aspekten Kunst und Handwerk und vermittelt Ihnen theoretische und praktische Grundkenntnisse.
Sie erfahren etwas über die Geschichte und die Verwendung von Mosaiken in der zeitgenössischen bildenden Kunst und können Ihr eigenes Mosaik entwerfen und herstellen.
Dabei entstehen schöne Gegenstände, wie Wandbilder, Rahmen, Tischplatten, Notiztafeln etc. für Ihr Zuhause, fürs Büro oder als Geschenk, und Sie entdecken und vertiefen dabei Ihre Kreativität, Ihre Wahrnehmung und Motorik.
Werkzeuge werden gestellt.
Material (Mosaiksteine) kann mitgebracht oder beim Kursleiter erworben werden. Bitte planen Sie hierfür etwa 20 € ein.
Nikola Sarić hat an der Akademie der serbisch-orthodoxen Kirche für Kunst und Konservierung in Belgrad studiert.

59520K8
Nikola Sarić
Freitag, 19 – 21.30 Uhr, 3 Ustd.
20. November
Samstag, 10 – 17 Uhr, 8 Ustd.
21. November
Sonntag, 14.15 – 16.45 Uhr, 3 Ustd.
22. November
Haus der VHS
50,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kalligraphie – die Kunst des Schönschreibens.

Nikola Sarić hat an einer Kunstakademie in Belgrad studiert. Er gibt in seinem Workshop eine Einführung in das Schreiben der karolingischen Minuskel aus der Zeit Karls des Großen und der Gestaltung von Zierinitialen. So erhalten Sie Ideen, wie Sie eigene Schrift-Kunstwerke erstellen können – von Grußkarten bis zu Schriftbildern mit Ihren Lieblingssprüchen und -zitaten.
Material (Tinte, Feder und Papier) kann mitgebracht oder beim Kursleiter erworben werden. Bitte planen Sie hierfür etwa 5 € ein.

59521K8
Nikola Sarić
Freitag, 19 – 21.30 Uhr, 3 Ustd.
27. November
Samstag, 13.45 – 17 Uhr, 4Ustd.
28. November
Sonntag, 13.45 – 16 Uhr, 3 Ustd.
29. November
Haus der VHS
36 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

METALLVERARBEITUNG

Goldschmieden für AnfängerInnen

Die Arbeit des Goldschmieds ist es, aus Gold und Silber Schmuck anzufertigen. In neuerer Zeit sind andere, zum Teil ungewöhnliche Materialien hinzugekommen, die Arbeitstechniken in der Werkstatt aber haben sich kaum verändert. Die Goldschmiedekunst ist ein Handwerk geblieben.
An diesem Wochenende werden Sie grundlegende Verfahren der Schmuckanfertigung kennen lernen. Mit den Techniken Sägen, Feilen, Nieten und verschiedener Arten der Oberflächenbehandlung können Sie einfache Schmuckstücke anfertigen und sich damit die Grundlage für das Herstellen aufwendiger Schmuckstücke schaffen. Als Materialien können Sie Silber, Messing, Kupfer, Acrylglas u. a.. verarbeiten. Neben dem handwerklichen wird auch der gestalterische Prozess begleitet. In der Vorbesprechung werden Ihnen anhand von Beispielen Möglichkeiten des Kurses aufgezeigt und Anregungen gegeben. Sie benötigen keine Vorkenntnisse. Die Materialkosten richten sich nach der Ausführung der einzelnen Schmuckstücke und werden mit der Kursleiterin direkt abgerechnet.
Brigitta Müller ist Diplom-Designerin für Metall und bietet seit 20 Jahren Goldschmiedekurse an.

59522K8
Brigitta Müller
Donnerstag, 18 – 20 Uhr (Vorbesprechung)
5. November
Samstag, 10.30 – 17.30 Uhr,
Sonntag, 10 – 17 Uhr, 20 Ustd.
7. + 8. November
Haus der VHS
56 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

59523K8
Brigitta Müller
Montag, 18 – 20 Uhr (Vorbesprechung)
3. Februar 2016
Samstag, 10.30 – 17.30 Uhr,
Sonntag, 10 – 17 Uhr, 20 Ustd.
6. + 7. Februar 2016
Haus der VHS
56 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Silberschmiede

Wollten Sie schon immer wissen, wie ein Ring entsteht?
In diesem sechsstündigen Kurs bauen Sie sich unter professioneller Anleitung Ihren silbernen Bandring selbst und lernen dabei Fertigkeiten wie feilen, sägen, löten und schmirgeln.
Hat der Ring dann seine gewünschte Größe, wählen wir eine passende Mattierung und Sie können Ihr ganz persönliches Schmuckstück noch am selben Tag mit nach Hause nehmen.
Materialkosten in Höhe von 45 € für Sterlingsilber sind im Kurs zu entrichten.
Michael Weidner ist ausgebildeter Goldschmied und bietet seit 2003 Kurse in vielen Städten an.

59524K8
Michael Weidner
Freitag, 16.30 – 21.15 Uhr, 1 x 6 Ustd.
13. November
Haus der VHS
16,80 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Schweißen für AnfängerInnen

Sie erlernen hier Gasschmelzschweißen mit Brennschneiden und ggf. Hartlöten, MAG-Schweißen, Lichtbogen-Hand-Schweißen und WIG-Schweißen. Dazu benötigen Sie keine Vorkenntnisse. Sie lernen die Einstellung, Handhabung und Pflege der Schweißgeräte, die richtige Brennerführung, eine fehlerfreie Anwendung und die Einhaltung der Sicherheitsvorschriften durch praktische Übungen kennen. Am Ende des Kurses können Sie selbstständig und kompetent das richtige Verfahren auswählen und anwenden.
Zu Ihrer Sicherheit tragen Sie bitte nur langärmelige Kleidung. Arbeitskleidung mit Kopfbedeckung wäre vorteilhaft. Alles andere wird gestellt.
Stephan Claus ist Maschinentechniker und arbeitet als Lehrer für Fachpraxis mit dem Schwerpunkt Schweißtechnik an der bbs|me.

59525K8
Stephan Claus
Donnerstag, 17.30 – 20.45 Uhr, 5 x 4 Ustd.
12. November – 10. Dezember
Berufsbildende Schule ME, Lavesallee 14, Werkstattgebäude
50 € + 49 € Zusatzkosten

59526K8
Stephan Claus
Donnerstag, 17.30 – 20.45 Uhr, 5 x 4 Ustd.
14. Januar – 18. Februar 2016
Berufsbildende Schule ME, Lavesallee 14, Werkstattgebäude
56 € + 49 € Zusatzkosten

RUND UMS HAUS

Technik und Reparaturen im Haushalt für Jedermann

Dieser Kurs wird Ihnen – auch ohne handwerkliche Erfahrung – Mut machen, Reparaturen selbst anzugehen. Sie üben bspw. Bohren in Holz und Stein sowie das Dübeln. Sie lernen, wie Sie tropfende Wasserhähne abdichten und Abflüsse frei machen können. Sie üben eine Waschtischarmatur auszutauschen und Dusch- bzw. Badewannen mit Silicon abzudichten. Die hierfür notwendigen Werkzeuge werden Ihnen vorgestellt und erklärt. Auf Ihre besonderen Themenwünsche gehen wir gerne ein. Materialkosten ca. 20 € werden vom Kursleiter vor Ort erhoben.
Martin Hansel ist gelernter Werkzeugmechaniker und Maschinenbautechniker und arbeitet als Lehrer für Fachpraxis an der bbs|me.

59527K8
Martin Hansel
Donnerstag, 18 – 20.30 Uhr, 4 x 3 Ustd.
5. – 26. November
Berufsbildende Schule ME, Lavesallee 14, Werkstattgebäude
30 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Farbe im Raum – gestalten Sie Ihren persönlichen Wohnraum

Eine Wohlfühlatmosphäre ist häufig das Ziel bei der Gestaltung unserer vier Wände. Doch wie sehen atmosphärische Räume eigentlich aus und anhand welcher Parameter lassen sich diese definieren? Ausgehend von der Farbe als ästhetische Komponente zur Interpretation eines Raumes setzen wir uns mit unterschiedlichen Techniken zur Raumgestaltung auseinander. Dabei spielt z. B. die Farbtheorie und Kontrastlehre ebenso eine wichtige Rolle, wie unterschiedliche Techniken, um unsere Ideen zu visualisieren. In einer Praxisphase entwickeln wir Materialcollagen und entwerfen unseren persönlichen Wohnraum mit Trendgarantie!
Nikolaj Hochhalter arbeitet als Farbdesigner und konzipiert Farbleitpläne für Fassaden oder entwickelt gestalterische Lösungen für Innenräume.

59528K8
Nikolaj Hochhalter
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 4 Ustd.
25. September
Samstag + Sonntag, 12 – 16 Uhr, 10 Ustd.
26. + 27. September
Haus der VHS
49 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Medien- und TechniklotsInnen – Fortbildung für Ehrenamtliche siehe Seite 35

KULTURELLE BILDUNG

GESCHICHTE UND PHILOSOPHIE	106
SCHREIBEN UND MEHR	107
VHS-BÜHNE	109
VHS IM MUSEUM	112
ZEICHNEN UND MALEN	115
FOTOGRAFIE UND FILM	119
KUNST IN AKTION	124

5

Foto: © Bratscher/photocase.com

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS I
Dorothee Warnecke
SPRECHSTUNDEN Dienstag, 10 – 13 Uhr, Donnerstag, 10 – 13
TEL 168-44776
ORT Haus der VHS, Raum 233, 2. Etage
E-MAIL dorothee.warnecke@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Heike Dormeier
TEL 168-44373
ORT Haus der VHS, Raum 208, 2. Etage
E-MAIL
heike.dormeier-blanke@hannover-stadt.de

Kulturelle Bildung

Betrachtet man Kultur im weitesten Sinne als Gesamtheit der Lebensbekundungen, Leistungen und Werke einer Gesellschaft, die als Ergebnisse menschlichen Handelns einem historischen Wandel unterliegen, so lassen sich für die „Kulturelle Bildung“ im wesentlichen vier Zielsetzungen ableiten:

- die Förderung von gestalterischen Fähigkeiten
- die Sensibilisierung für verschiedene Formen künstlerischen Ausdrucks
- die Erweiterung von kulturellen und kommunikativen Kompetenzen
- die Sensibilisierung für soziokulturelle und interkulturelle Lebenszusammenhänge.

Dabei geht „Kulturelle Bildung“ über die traditionelle Beschäftigung und Rezeption von Kulturgütern hinaus. Sie setzt sich aktiv mit Phänomenen der Alltagskultur auseinander: Zwischen Orientierung und Unterhaltung, Bildung und Konsum soll „Kulturelle Bildung“ ein zugleich sich einlassendes und kritisches Verhältnis zur Ästhetisierung unseres Alltagslebens gewinnen. Es geht ihr also um die Verknüpfung von Erlebnis und Erkenntnis. In diesem Sinne haben wir versucht, ein vielfältiges Angebot für Sie zusammenzustellen.

Hannoversche Altertumswissenschaftliche Vorträge siehe Seite 114

GESCHICHTE UND PHILOSOPHIE

Grundzüge der Geschichte des Osmanischen Reiches und der modernen Türkei

Es begann mit einem kleinen Fürstentum in Anatolien und entwickelte sich zu einem Großreich, das für Jahrhunderte den Grenzraum zwischen Europa, Asien und Afrika bestimmte. Zweimal standen die Osmanen vor der Eroberung Wiens und ließen die europäischen Staaten vor der „Türkengefahr“ zittern. Dennoch setzte relativ früh ein langsamer, auch durch Reformen nicht aufzuhaltender Niedergang ein, bei dem am Ende auch die europäischen Großmächte eine Rolle spielten. Der Zusammenbruch des Reiches mündete in der Gründung der modernen Türkei 1923. Der Kurs vermittelt die Grundzüge dieser Geschichte, wobei auch Kunst und Kultur des Osmanischen Reichs und die weitere Entwicklung seit 1923 berücksichtigt werden.

32001W8
Dr. Andrea Germer (Historikerin)
Donnerstag, 17.45 – 19.45 Uhr, 15 x 2 Zstd.
17. September – 28. Januar 2016
Haus der VHS
100 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

In Kooperation mit dem Niedersächsischen Landesamt für Denkmalpflege

Baukultureller Herbstspaziergang in der Innenstadt Hannovers: Zeitschichten in der Denkmalpflege

Niedersachsen verfügt, als zweitgrößtes Flächenland in der BRD, über annähernd 80.000 Kulturdenkmale. Ab den 1970er Jahren wurde, in Folge des europäischen Denkmalschutzjahres 1975 – das sich dieses Jahr zum 40. Mal jährt – und mit Einführung der Denkmalschutzgesetzgebung, die Denkmallandschaft des Landes flächendeckend wissenschaftlich untersucht. Auch die Innenstadt von Hannover wurde ab Mitte der 1970er Jahre inventarisiert. Das Verzeichnis der Kulturdenkmale wird seitdem punktuell durch das Niedersächsische Landesamt für Denkmalpflege (NLD) aktualisiert, denn es handelt sich nicht um ein abgeschlossenes Verzeichnis. Im Niedersächsischen Denkmalschutzgesetz (NDSchG) heißt es dazu: „Die Kulturdenkmale sind in ein Verzeichnis einzutragen, das durch das Landesamt für Denkmalpflege aufzustellen und fortzuführen ist.“ Doch wie wird der Begriff des Kulturdenkmals definiert? Welche Objekte können Kulturdenkmale sein? Die Gründungsgeneration der Denkmalpflege, die um „Eine Zukunft für unsere Vergangenheit“ (so das Motto des Denkmalschutzjahres 1975) rang, wollte verständlicher Weise in erster Linie „wirklich alte“ Bauten schützen. In den nächsten Jahren werden somit neue Zeitschichten zu untersuchen sein und „jüngere“ Bauten in das Verzeichnis der Kulturdenkmale aufgenommen werden. Im Rahmen des Stadtspaziergangs werden die Denkmallandschaft der Innenstadt Hannovers sowie ältere und jüngere Kulturdenkmale vorgestellt.
Rocco Curti ist Referatsleiter in der Abteilung Bau- und Kunstdenkmalpflege des NLD.

33010P8
Rocco Curti
Sonntag, 13.30 – 15.45 Uhr, 3 Ustd.
20. September
Treffpunkt: Städtische Galerie KUBUS
7,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Jean-Paul Sartre: Das Sein und das Nichts

„Der Mensch ist zur Freiheit verurteilt." – Mit dieser paradoxen Formel wurde Sartre berühmt. 1943 erschien sein Hauptwerk »Das Sein und das Nichts«, das wir gemeinsam lesen werden. Darin setzt er sich auseinander mit der Frage nach dem Nichts, der Unaufrichtigkeit, dem Für-sich- und Für-andere-sein, sowie mit Freiheit und Verantwortlichkeit.
Bitte mitbringen: Jean-Paul Sartre, Das Sein und das Nichts: Versuch einer phänomenologischen Ontologie, Reinbek 1993 (rororo), 19,99 €

23001W2
Dr. phil. Andreas Becke
Donnerstag, 17.30 – 19 Uhr, 10 x 2 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Haus der VHS
55 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Kant: Grundlegung zur Metaphysik der Sitten

Eine Einführung in die Ethik
Menschen haben Werte; wir denken darüber nach, wie die Welt und wir selbst besser sein könnten, als wir gerade sind. Doch woher kommen diese Werte und Normen, dieses Sollen? – Jedenfalls nicht aus der Erfahrung, meint Kant, sondern aus der reinen Vernunft.
Die Grundlegung zur Metaphysik der Sitten von 1785 halten viele für das wichtigste Werk in der Geschichte der Moralphilosophie: In dieser kleinen Schrift formuliert Immanuel Kant erstmals die Grundlagen seiner Ethik der Autonomie. Eine Handlung ist dann für ihn moralisch gut, wenn sie aus Pflicht nach Maximen oder Prinzipien des Willens beschlossen wird, die a priori gelten und aus der reinen Vernunft stammen. Die Grundlegung sucht das oberste Prinzip der Moralität! So gelangt er zu verschiedenen Formulierungen des kategorischen Imperativs.
Nach einem kurzen Einblick in Leben und Werk Kants werden wir diesen kleinen Text gemeinsam lesen. Am Anfang wird es auch eine grundlegende Einführung in die Ethik geben.
Bitte mitbringen: Immanuel Kant, Grundlegung zur Metaphysik der Sitten, Hamburg: Meiner 1999 (PhB 519), 126 Seiten, ISBN 978-3-7873-1443-0, 12,90 € (oder eine andere Ausgabe)

23002W2
Dr. phil. Andreas Becke
Samstag, 14 – 18 Uhr, 3 x 5 Ustd.
7. und 21. November, 5. Dezember
Haus der VHS
41,25 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ethik für Einsteigende – Einführung in die Moralphilosophie von der Antike bis zur Gegenwart

Philosophie unterm Dach

„Moral predigen ist leicht, Moral begründen schwer." – Arthur Schopenhauer
Die Ethik beantwortet die Frage *„Was soll ich tun?"* (Kant) und will erklären, warum dieses richtig (gut) und jenes falsch (böse) ist. Ethik versucht, die Moral zu begründen: Moral – das sind die herrschenden Werte und Normen. In der Moralphilosophie geht es darum, wie sich richtige und falsche Handlungsweisen unterscheiden. Drei Grundfragen der Ethik werden uns begleiten:

- Gibt es Begründungen, die alle davon überzeugen können, moralisch zu sein und gut zu handeln?
- Welche der verschiedenen ethischen Theorien bzw. welche Moral ist die richtige? Kann man beweisen, dass eine Theorie besser ist als eine andere?
- Welche konkreten Werte und Normen ergeben sich aus der „richtigen" Moral?

In diesem Kurs werden wir uns mit der Ethik von der Antike bis zur Gegenwart befassen, wesentliche Positionen kennen lernen, vergleichen und diskutieren. Bei Interesse kann der Kurs im nächsten Semester fortgesetzt werden. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.
Bitte mitbringen: Philosophie der Moral: Texte von der Antike bis zur Gegenwart, hrsg. von Robin Celikates und Stefan Gosepath, Frankfurt am Main 2009 (stw 1868), 20 €

23003W2
Dr. phil. Andreas Becke
Dienstag, 19.30 – 21 Uhr, 10 x 2 Ustd.
22. September – 8. Dezember
Haus der VHS
55 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Philosophische Gespräche siehe Seite 33

SCHREIBEN UND MEHR

Eigene Lebensgeschichte(n) schreiben – ein Muntermacher

Selige Kinderspiele, unvergessliche Begegnungen, schmerzvolle Abschiede. Das Leben steckt voller Lebensgeschichten, die zu betrachten, zu beschreiben und zu bewahren es sich lohnt.
In diesem Kurs werden Kennzeichen des autobiographischen Schreibens, sowie mögliche Strukturen und diverse Konzepte für autobiographische Texte aller Formate vorgestellt und diverse Tipps zum gelingenden Schreiben eigener Lebensgeschichten gegeben.
Eine kleine Schreibaufgabe und die gemeinsame Reflexion des Vorgelesen runden diesen Tag ab und inspirieren und beflügeln Schreibentschlossene und Schreiberfahrene zum kurzweiligen Schreiben über das Eigene.
Bitte Schreibzeug und ggf. auch eigene Texte mitbringen. Therapeutischen Erwartungen kann nicht entsprochen werden. Näheres unter www.mariaeilers.de

31010W8
Maria Eilers
Samstag, 10 –16 Uhr, 7 Ustd. (mit Pause)
17. Oktober
Haus der VHS
21 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

31011W8
Maria Eilers
Samstag, 10 –16 Uhr, 7 Ustd. (mit Pause)
14. November
Haus der VHS
21 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wörter sind überall – also schreib!

In dieser Schreibwerkstatt gehen wir lässig an ein leeres Blatt heran; dabei entstehen Manuskripte der überraschenden Art, denn mit Kreativität und Vorstellungsvermögen lässt sich aus allem etwas machen. Die Entwürfe werden zu Hause fertig bearbeitet und am nächsten Kurstag der Gruppe vorgelesen und besprochen. Dadurch lassen sich die Funktionen von Schreibtechniken besser verstehen. Eine Mischung aus Fakten und Fiktion führt zu spannenden, nachdenklichen oder heiteren Texten.
Beim Schreiben machen wir uns bewusst, wie Konflikte entstehen und weswegen sie unentbehrlich sind. Empfindungen werden aus unterschiedlichen Blickwinkeln und mit neuen Sichtweisen dargestellt. Dazu braucht es Dialoge, innere Monologe, Rückblicke, Vorausschauen etc. Beim Schreiben wird der Spagat zwischen Glück und Unglück, Liebe und Hass vollführt und Aussagen gemacht, die einer Handlung zugrunde liegen. Manch banaler Vorgang entwickelt sich zu einer spannenden Begebenheit. Man wird zum allwissenden, zum personalen oder zum Ich-Erzähler und kann seinen Figuren phantastische Merkwürdigkeiten andichten.
Lust am Schreiben wird jedoch vorausgesetzt. Im Kreis Gleichgesinnter kann man der eigenen literarischen Arbeit unbefangen nachgehen.

31012W8

Angelika Sturm
Mittwoch, 18 – 20.15 Uhr, 5 x 3 Ustd.
16. September – 14. Oktober
Haus der VHS
37,50 + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Reden ist Silber, Schreiben ist Gold!

Sie lieben das Spiel mit Worten? Haben Spaß an Fantastereien?
Wollen sich ausprobieren oder neue, ungewöhnliche Schreibwege gehen? Dann sind Sie in der Schreibwerkstatt für Kreatives Schreiben richtig! Der Prozess des kreativen Schreibens dient in diesem Kurs als Grundlage für Ihre persönlichen Schreibideen, die Sie weiterentwickeln möchten. Hier lernen Sie verschiedene Herangehensweisen und Techniken kennen, die Ihnen einen frischen, neuen Blick auf Ihren eigenen Schreibprozess verschaffen sollen. Durch gezielte Schreibexperimente werden Kreativität, Schnelligkeit und Sicherheit trainiert. Darüber hinaus stehen sowohl das Vorlesen als auch das Überarbeiten der Texte im Vordergrund.
Material: Hier dürfen Sie sich mit einem Bleistift und einem Blatt Papier nach Herzenslust austoben! Bringen Sie bitte für die erste Sektion ein Buch mit, dass Sie besonders beeindruckt hat (ob positiv oder negativ!): Stil, Sprache, Recherche, etc.
Jaqueline Krone ist freie Autorin, Bloggerin, Fotografin, Herausgeberin von KRISTEL – einem Magazin von Studierenden der HBK Braunschweig.

31013P8

Jaqueline Krone
Samstag und Sonntag 10 – 14 Uhr, 3 x 5 Ustd.
21./22. November und 28. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
37,50 € + 3 € Materialgeld
+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Autorenlesung mit Robert Brack
aus der Lenina-Reihe

Faire Woche vom 11. – 25. September unter dem Motto „Fairer Handel schafft Transparenz“

Transparenz, den Durchblick suchen auch die ProtagonistInnen im Krimi. Daher organisiert das Agenda21- und Nachhaltigkeitsbüro in Kooperation mit der VHS Hannover wieder eine kriminalistische Veranstaltung. Natürlich passend vor dem Hintergrund von Fairem Handel(n). Es gibt ein noch bunteres Programm gestaltet vom Agenda21- und Nachhaltigkeitsbüro zusammen mit dem Allerweltsladen, dem Wissenschaftsladen Hannover und vielen weiteren Akteuren.
Lenina Rabe, Privatdetektivin, Altona, Hamburg
Lenina Rabe ist die schlagfertige und engagierte Privatdetektivin aus Hamburg-Altona. Ihre Fälle führen sie immer wieder mit aktuellen politischen Themen und Abgründen der Hamburger Gesellschaft zusammen. Im Rahmen der Fairen Woche stellt Robert Brack seine „Lenina“-Reihe vor und liest aus dem neusten Lenina-Roman „Die drei Leben des Feng Yun-Fat“. Natürlich gibt es viel Hamburger Lokalkolorit vor allem aus den Szenestadtteilen Altona und St. Pauli, aberwitzige Szenen und mindestens einen Mord.
Robert Brack, Jahrgang 1959, lebt in Hamburg. Er schreibt aktuelle und historische Krimis mit fiktivem und historischem Hintergrund, gewürzt mit einer politischen Note. Er wurde mit dem „Marlowe“ der Raymond-Chandler-Gesellschaft und dem Deutschen Krimipreis ausgezeichnet.

310FPX9

Robert Brack
Donnerstag, 19 – 20.30 Uhr
24. September
Lindener Rathaus, Lindener Markplatz 1
Eintritt frei

Allen Anfang ist schwer.....

Es ist wirklich keine Geheimschrift! Sütterlin für Anfänger

Mehr Infos unter Tel. 168-42076
Interessiert es Sie, was Ihre Tante 1906 ihren Lieben gekocht hat? Wollen Sie Briefe lesen, die schon seit Jahrzehnten auf dem Boden im Koffer verstauben? Oder möchten Sie endlich die Eintragungen in Kirchenbüchern lesen können? Dann erlernen Sie die nötigen Grundkenntnisse im Schreiben und Lesen der Sütterlinschrift. Durch gezielte Schreib- und Leseübungen gelingt es uns im Laufe des Kurses, auch schwierigere Handschriften zu entziffern.
Basiswissen: Nicht erforderlich
Materialkosten: 2 €/TeilnehmerInnen für Kopien werden von der Kursleiterin erhoben.
Bitte mitbringen: Bleistift, Anspitzer, Radiergummi.

79707S8

Silke Hansen
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
11. Januar – 29. Februar 2016
Haus der VHS
48 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

INFO TEL. 168-44776, -44373

Handwerk des Schreibens

Mehr Infos unter Tel. 168-42076

Ob Kurzgeschichten, Romane, Erzählungen oder Reflexionen – wer gut schreiben möchte, sollte einiges über das Handwerk des Schreibens wissen. Denn schwache Verben, ungenaue Adjektive, Klischees, falsche Metaphern, aufgeblähte Konstruktionen und vieles mehr führen zu langweiligen oder aufgeblähten Texten, die unsere Leserinnen vertreiben.

In diesem Wochenend-Workshop nehmen wir uns zehn Tipps aus den zahlreichen handwerklichen Techniken heraus und üben diese an anschaulichen Beispielen. Schreiben ist ein Handwerk, das man lernen kann – mit viel Freude und Übung.

Ein Handout mit den Tipps und Übungsbeispielen wird ausgegeben. Es können auch eigene Manuskripte mitgebracht werden. 3 Euro Kopierkosten für das Handout bitte mitbringen.

Anke Fischer, Autorin und Schreibcoach

79561S8

Anke Fischer

Samstag und Sonntag, 11 – 16 Uhr, 14 Ustd.

12./13. Dezember

Haus der VHS

58,80 € + 3 € Materialgeld

+ 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Miteinander lesen – miteinander reden siehe Seite 33

Schreibwerkstatt für Ältere siehe Seite 34

TANZ

Griechischer Volkstanz

Der Mensch ist von Natur aus mit dem Instinkt der Bewegung bevorteilt und er ist es gewohnt diese Körperbewegungen bei Lebenssituationen wie Freude und Trauer vorzuzeigen. Von allen Völkern des Altertums glaubten die Griechen, dass der Tanz die körperliche und emotionale Gesundheit verbessere. Die Tänze KALAMATIANOS und SIRTOS der Antikezeit sind heute die „Nationaltänze" Griechenlands. Der griechische Philosoph Platon erklärte, das Tanzen sei von Natur himmlisch und ein Geschenk der Götter. Griechische Volkstänze haben sich im Laufe der Jahrhunderte weiter entwickelt, sie sind vielfältig und werden heute sehr gepflegt.

Weisheiten vom Tanz: Erkenne dich selbst im Tanz! Die Möglichkeit ist groß und der Tanz macht es möglich. Zeit für Tanz und Muße bringen dir wertvolle Geschenke (Gesundheit, Gelassenheit, Sorglosigkeit, Freude, Wachstum, Spontanität, menschliche Nähe und Wärme).

„O Mensch lerne tanzen, sonst wissen die Engel im Himmel mit dir nichts anzufangen".

Aurelius Augustinus (354-430) ‚Bischof und Kirchenlehrer/Zitat-Nr.9437

Der Kurs ist für AnfängerInnen geeignet.

Etwas Tanzerfahrung wäre schön.

84001W8

Kalliopi Filippou

Montag, 19.30 – 21 Uhr, 9 x 2 Ustd.

5. Oktober – 14. September

Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1

45 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Orientalischer Tanz siehe Seite 39

Ballett begeistert – Foto: Jörg Mannes

VHS-BÜHNE

Ballett.begeistert 12

Dieser Kurs wendet sich an alle, die mehr wissen wollen über Ballett – gleichgültig, ob Neuling oder Dauergast, Tanzbegeisterte oder Bewegungsmuffel. Anhand der aktuellen Produktionen lässt sich das Ballett-Team in die Karten sehen. Es geht nicht nur darum, wie ein Ballett entsteht, sondern auch um Bewegungssprache, Choreographie, Tanzgeschichte, Ideen, Quellen, Musikauswahl, Arbeitsprozesse, Organisation, Planung und vieles mehr. Theorie und Praxis der Theaterarbeit verschmelzen zu einem facettenreichen Ganzen, und die unmittelbare Beteiligung aller Referenten am Kreationsprozess garantiert sehr persönliche Sichtweisen.

- Besuch der Bühnenprobe am **7. November,** 10 Uhr
- Premiere „Was Ihr wollt" am **14. November,** 19.30 Uhr

Die Vorstellungskarten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Ballettdirektor und Chefchoreograph Jörg Mannes, Dramaturgin Brigitte Knöß sowie Steven Markusfeld, Betriebsdirektor des Balletts, mit einem Mitglied des Ensembles.

31001W8

Jörg Mannes u. a.

Donnerstag, 19 – 21 Uhr, 4 x 2 Ustd.

5., 19. + 26. November sowie 17. Dezember

Haus der VHS

32 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Werkstatt Oper

Aktuelle Produktionen der Staatsoper Hannover werden von den Dramaturgen durch eine detaillierte Einführung in das Stück vorgestellt. Der Besuch einer Bühnenorchesterprobe und Gespräche mit Regisseuren, Dirigenten oder Sängern bieten spannende Einblicke in den Produktionsprozess.

Candide

Oper von Leonard Bernstein

Kein Geringerer als Voltaire, der führende Philosoph und Satiriker der französischen Aufklärung, lieferte die Vorlage zu Leonard Bernsteins „Comic Operetta". Voltaires „Candide oder der Optimismus" (1759) parodiert und kommentiert bissig die „Theodizee" Gottfried Wilhelm Leibniz'. Candide ist ein Plädoyer für Toleranz und für die Arbeit an sich selbst. Leonard Bernsteins ebenso spritzige wie tiefgründige Musik, die meisterhaft Operetten- und Musicalton zitiert und mit Tanzmusik aus aller Welt kombiniert, beweist, dass auch philosophische Stoffe leicht und trotzdem ernsthaft behandelt werden können.

- 1. Termin: **6. Oktober,** 18 – 19.30 Uhr
- 2. Termin (Probenbesuch und Gespräch mit dem Leitungsteam): **19. Oktober,** 18 Uhr

Leitung: Christopher Baumann
Premiere: 24. Oktober

Der Freischütz

*Romantische Oper von Carl Maria von Weber*Im Gegensatz zu seinem Protagonisten Max hat Weber mit seinem Freischütz „ins Schwarze getroffen", wie er 1821 nach der Berliner Uraufführung mit Genugtuung feststellte. In einer Zeit, in der in der preußischen Hauptstadt die italienische Oper eine Monopolstellung hatte, wurde Webers Werk als Durchbruch einer genuin deutschen Oper gefeiert. Doch diese Oper ist weit mehr ist als die Klischees, die ihr anhaften. Die Welt des Freischütz ist keine intakte und schon gar keine idyllische; hinter der bürgerlichen Fassade tut sich ein schrecklicher Abgrund auf, gesellschaftliche Zwänge geraten in unauflösbaren Konflikt mit individueller Glückssuche.

- 1. Termin: **24. November,** 18 – 19.30 Uhr
- 2. Termin: **8. Dezember,** 19 Uhr (Probenbesuch und Gespräch mit dem Leitungsteam)

Leitung: Dr. Klaus Angermann
Premiere: 12. Dezember

Premierenkarten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

31002W8

Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 2 x 2 UStd
16 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Bretter, die die Welt bedeuten

Wir schauen hinter die Kulissen des Schauspielhauses Hannover und nehmen Einblicke in die Abläufe vor einer Vorstellung. Theater bedeutet nicht nur die künstlerische Umsetzung von Textvorlagen für die Bühne, sondern auch handwerkliches Können aller Beteiligten auf hohem Niveau. Wir besuchen insgesamt 4 Vorstellungen/Neuinszenierungen im Schauspielhaus und/oder Ballhof. Eine Stunde vor dem Theaterbesuch wird die Dramaturgin Sabine Göttel in die jeweilige Inszenierung einführen. Dabei richtet sich der Blick auf die Entstehungszeit des Stückes, die Intention des Autors und den Bezug der Inszenierung zur Gegenwart.
Je nach Verfügbarkeit wird der Abend nach der Vorstellung mit einem/r Künstler/in oder Mitarbeiter/in bei einem kühlen Glas'l ausklingen – Vorhang auf…
Der genaue Spielplan lag bei Redaktionsschluss noch nicht vor. Terminverschiebungen, die sich durch kurzfristige Spielplanänderungen des Staatstheaters ergeben, berechtigen nicht zur anteiligen Erstattung der Kursgebühr. Die Zusatzkosten enthalten 4 Eintrittskarten.

31004W8

Dr. Sabine Göttel (Dramaturgin)
Jeweils am Dienstag.
Erstes Treffen am **22. September**, 18 Uhr
im Schauspielhaus
Weitere geplante Termine jeweils 18.30 Uhr:
13.10./10.11. und 15.12.2015, 12 Ustd.,
Abendveranstaltung
Schauspielhaus Hannover, Prinzenstr. 9
32,40 € + 51,50 € Zusatzkosten

31005W8

Dr. Sabine Göttel (Dramaturgin)
Jeweils am Mittwoch.
Erstes Treffen am **30. September**, 18 Uhr
im Schauspielhaus
Weitere geplante Termine jeweils 18.30 Uhr:
14.10./18.11. und 09.12.2015, 12 Ustd.
Schauspielhaus Hannover, Prinzenstr. 9
32,40 € + 51,50 € Zusatzkosten

In Kooperation mit dem Kulturzentrum Pavillon

Theater im Pavillon – ein Blick hinter die Kulissen und auf die Bühne

Sie interessieren sich dafür, wie ein Stück auf die Bühne kommt? Sie wollen wissen, wie der Ablauf hinter den Kulissen ist? Wo liegt der Unterschied zu Theatern der sogenannten freien Szene? Sie möchten aber auch Theaterstücke ansehen und mit Darstellenden darüber sprechen?
Kommen Sie mit ins Theater im Pavillon und werfen Sie einen Blick auf die Bühne und hinter die Kulissen. Kommen Sie mit Darstellenden und anderen an der Produktion Beteiligten ins Gespräch.
Zwei Theaterbesuche sind auch vorgesehen:
„Refugee Homecare – Flüchtige Heimatpflege"
(Freitag, 6. November, 19.30 Uhr)
und „Shilpa the Indian Singer App"
(Samstag, 14. November, 19.30 Uhr)).

31006P8

Mariam Soufi Siavash
(Theaterpädagogin Theater im Pavillon)
Freitag, 18.30 – 22 Uhr, 4 Ustd.
6. November
und
Sabine Trötschel (Künstlerische Leitung und Regisseurin Theaterwerkstatt)
Samstag, 18.30 – 22 Uhr, 4 Ustd.
14. November
Raschplatz Pavillon
Theaterbesuche
20 € + 22,50 € (incl. Theaterkarten)

staatsoper hannover

Grünes Hannover

Fledermaus – Nachtschwärmer am Haus und in der Oper

Bilder und Informationen zu Fledermäusen in unserer Stadt und als künftige Bewohner des neuen Gebäudes der Volkshochschule.
Frau Dr. Renate Keil (BUND) gibt Einblicke in das geheimnisvolle Leben der biologischen Fledermaus. Im Anschluss daran geht es dann um eine verwandte Art von Nachtschwärmern.
In Johann Strauß' Operette „Die Fledermaus" finden vermeintliche Chevaliers und ungarische Gräfinnen bei einer nächtlichen Party zusammen, um wankend Arm in Arm den Augenblick der Aufhebung von Zeit, Raum und Standesunterschieden zu genießen – bis der nächste Tag anbricht, der dem Sinnestaumel ein abruptes Ende setzt.
Dr. Klaus Angermann, Chefdramaturg der Staatsoper Hannover, gibt zusammen mit Mitgliedern des Sängerensembles Einblicke in die aktuelle „Fledermaus"-Inszenierung, die an Silvester ihre Wiederaufnahme erlebt und erläutert was die „Operette aller Operetten" mit der Tiergattung Microchiroptera zu tun hat.

31008W8
Freitag, 18 Uhr
6. November
Großer Saal im neuen VHS Gebäude, Burgstr. 14
Anmeldung nicht erforderlich
Eintritt frei

Totholz – neues Leben & Piano

Das neue Gebäude der Volkshochschule ist nicht nur Lernort für Menschen, sondern auch ein Ort für mehr Natur in der Stadt. Auf dem begrünten Dach des Gebäudes entsteht ein besonderer Lebensraum. Gerd Garnatz, ehemaliger Leiter des städtischen Forstbetriebes, gibt mit Bildern, Geschichten und Fakten einen Einblick in einen versteckten Lebensraum: abgestorbenes Holz.
Anschließend wird das Thema musikalisch interpretiert: Marc Pierre Toth, der bekannte kanadische Ausnahmepianist und mehrfach internationaler Preisträger hat sich auf Bühnen von Brasilien bis Japan präsentiert – in fünf verschiedenen Sprachen. In diesem Jahr bringt er seinen Beethoven-Zyklus in verschiedenen Spielstätten zu Ende und macht gern Shaolin KungFu & Yoga, wenn er nicht am Klavier sitzt.
Er spielt Werke von MacDowell (To a Wild Rose), Grieg und Beethoven.

31009W9
Freitag, 18 Uhr
20. November
Großer Saal im neuen VHS Gebäude, Burgstr. 14
Anmeldung: nicht erforderlich
Eintritt frei – gerne bitte Künstlerspende

Totes Holz für neues Leben siehe Seite 66

MUSIKSCHULE der Landeshauptstadt HANNOVER

„Gerne Gäste" – Herbstnoten

Klassenvorspiel von Lutz Theuerkauf
Schülerinnen und Schüler der Musikschule im Alter von 7 – 16 spielen Kompositionen von Bach, Brahms, Bartók u. a.

340CWX9
Freitag, 17 Uhr
9. Oktober
Haus der VHS
Eintritt frei

DIK

„Die Hölle ist kein Ort, sondern ein Zustand des Gemüts" durch das Inferno mit dem Dichter Dante

In einem der bedeutendsten Werke der Weltliteratur, in der „Göttlichen Komödie", macht sich der Dichter Dante Alighieri Anfang des 14. Jahrhunderts auf, das Schreckensreich der Hölle zu erkunden. Einerseits ist er noch ganz Kind des Mittelalters und versucht all das Furchtbare da unten als notwendig im Sinne des göttlichen Planes zu verstehen. Andererseits lässt er schon die ersten Strahlen der Frührenaissance aufleuchten.
Im Vortrag Dr. Ekkehard Kloehns werden Dantes Höllenvisionen anhand von Textrezitationen, Erläuterungen und bildlichen Darstellungen lebendig. Dabei geht es immer wieder auch darum, was uns Dantes Dichtung heute noch bedeuten kann: Die Göttliche Komödie bietet uns die erschütternde Schau in das Innere von Menschen, die sich in ihre Finsternisse verrannt haben. Dante ist aktuell wie eh und je.
Bilder aus sieben Jahrhunderten sorgen für die stimmige Atmosphäre des Abends. Denn Dantes Werk hat einen großen Einfluss auch auf die bildende Kunst ausgeübt. Maler von Botticelli bis Dali waren immer wieder von Dantes Vorstellungs- und Gestaltungskraft fasziniert und haben sich ihrerseits zu eindrucksvollen Bildern begeistern lassen.

230AWX2
Dr. Ekkehard Kloehn, Ratzeburg
Donnerstag, 19.30 Uhr
12. November
Haus der VHS
Eintritt 5 € (DIK-Mitglieder frei)

Blick in den letzten Kreis der Hölle, auf die im Eissee eingefrorenen Seelen der Verräter
Bild: Monika Beisner, London

DIK

Vortrag

Von (Ohn-)macht und Wahnsinn – die Herrscher der frühen römischen Kaiserzeit

Octavian, der Neffe und gleichzeitig Adoptivsohn des berühmten Julius Caesar, hat nicht nur den Bürgerkrieg nach dessen Ermordung für sich gewinnen können, sondern als „Kaiser Augustus“ dem römischen Reich eine Zeit des Friedens und Wohlstandes geschenkt. In seiner mehr als vierzigjährigen Regierungszeit konsolidierte er die Finanzen, die Wirtschaft und schuf mit dem Prinzipat eine Regierungsform, in der prinzipiell Senat und Princeps zusammenarbeiteten. Die Nachfolger des Augustus vervollkommneten die Verwaltung der Stadt Rom und der Provinzen in einer Weise, dass heute übelbeleumdete Kaiser, wie zum Beispiel Caligula, Claudius und Nero, dem römischen Reich in seiner verwaltungstechnischen Struktur nicht gefährlich werden konnten. Doch waren diese Kaiser eigentlich wirklich so verrückt, blutgierig und gewaltbereit? Inwieweit sind diese allmächtigen Herrscher nicht auch Menschen mit Wünschen, Ängsten und vor allem Kinder ihrer Zeit? Es ist leicht, aus der heutigen Zeit vernichtende Urteile zu fällen und den Stab über diese „bösen“ Kaiser zu brechen. In diesem Vortrag wird nicht jeder Aspekt dieser sog. „Gewaltherrscher“ beleuchtet werden können. Ein spezieller Blick auf die Architektur und Münzprägung zeigt jedoch, dass sich auch diese Herrscher um das Wohlergehen „ihres“ Volkes gekümmert haben.

230BWX2
Dr. Alexander Mlasowsky
Mittwoch, 19.30 Uhr
2. Dezember
Haus der VHS
Eintritt 5 € (DIK-Mitglieder frei)

Foto: Sesterz des Nero mit der rückseitigen Darstellung des Hafens von Ostia, 64 n.Chr.

Geschichte des Osmanischen Reiches siehe Seite 106

Italienischer Filmabend siehe Seite 119

VHS IM MUSEUM

Jedes Museum ist ein Ort der Begegnung und Kommunikation. Das Museum als Lernort von Rezeption verknüpft Bildungs- und Vermittlungsarbeit auf vielfältigen Wahrnehmungsebenen und ermöglicht die Auseinandersetzung mit Kunst und Geschichte jenseits neutraler Unterrichtsräume. Die hier entstehenden Dialoge bilden andere Formen der Wissensaktivierung und schaffen den eigenen Blick auf das jeweilige kulturelle Erbe. Die entstandenen Kooperationskurse verzahnen die bereits existierende Erwachsenenbildungseinrichtung mit museumsspezifischen Blickrichtungen.
Geschichtszeugnissen gegenüberzutreten bedeutet stets den Blick zurück zu werfen. Gleichzeitig ist damit auch häufig die Reflexion über die Gegenwart verbunden. In allen beteiligten Museen fährt ein Zug durch die Geschichte.
Sie können selbst entscheiden, an welchem Bahnhof Sie zu welchem Thema einen Zwischenstopp einlegen möchten: Bereits „vor“ fünf Jahren – oder erst „vor“ fünfhunderttausend. Ganz sicher werden Sie Kunst, Kultur und Geschichte mit den Augen fühlen und mit den Ohren atmen können. Versprochen.

Bilder einer Ausstellung

Unter diesem Titel finden Kurse in aktuellen Ausstellungen der Kestner Gesellschaft, des Kunstvereins Hannover und des Sprengel Museum Hannovers Hannover sowie hannoverscher Galerien statt.
Durch Führungen und Gespräche zu den ausgestellten Werken werden Sie Gelegenheit haben, wichtige Aspekte des gegenwärtigen Kunstschaffens kennen zu lernen und ihr kritisches Urteilsvermögen gegenüber Tendenzen und Erscheinungen in der modernen Kunst auszubilden.
Die genauen Termine werden im Laufe des Kurses bekannt gegeben. Sie sind unter anderem abhängig von den Öffnungszeiten der jeweiligen Kunsthäuser. Die Abstände zwischen den Terminen können ebenso wechseln wie die Wochentage. Rechnen Sie bei den Museumsbesuchen bitte mit Eintrittsgeldern.

33010W8
Jörg Worat
Dienstag, 16.30 – 18 Uhr, 5 x 2 Ustd.
29. September – Ende nach Absprache
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
25 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

33011W8
Jörg Worat
Dienstag, 18.15 – 19.45 Uhr, 5 x 2 Ustd.
29. September – Ende nach Absprache
25 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Erlebnis Museum siehe Seite 34

SPRENGEL MUSEUM HANNOVER

ANGEBOT DER VHS IN KOOPERATION MIT DEM SPRENGEL MUSEUM HANNOVER

Das **FORUM-KURSPROGRAMM** im Sprengel Museum Hannover wird in Kooperation mit der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover angeboten.

In der **WERKSTATTREIHE** steht die eigene kreative Praxis der Teilnehmenden im Mittelpunkt. Angeboten werden mehrwöchige Kurse zur Malerei und Zeichnung und zur Drucktechnik.

Teilnehmende des **FORUM-KURSPROGRAMM**s zahlen zur Kursgebühr **einmalig eine Eintrittskarte**, die an weiteren Kurstagen zu freiem Eintritt berechtigt. Eine Ermäßigung erhalten Senioren ab 65 Jahre, Arbeitslose, Zivildienstleistende, Auszubildende, Schüler und Studenten. Für Inhaber der Jahreskarte des Museums entfällt die Eintrittsgebühr.

INFORMATION
Tel. 168-43736 oder -44776
www.vhs-hannover.de

ANMELDUNG
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover
Burgstraße 14, 30159 Hannover
Montag bis Freitag von 10 – 13 Uhr
Donnerstag auch von 16 – 18 Uhr
Tel. 168-44781,-44782,-44783
info@vhs-hannover.de

VERANSTALTUNGSORT
Sprengel Museum Hannover,
Kurt-Schwitters-Platz 1, 30169 Hannover

VERANSTALTER
Sprengel Museum Hannover,
Bildung und Kommunikation: Gabriela Staade
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover,
Kulturelle Bildung: Dorothee Warnecke

Foto: Aline Gwose, Michael Herling, Benedikt Werner, Sprengel Museum Hannover

HINWEIS

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer der **FORUMSKURSE** im Sprengel Museum Hannover, freuen Sie sich mit uns auf den **19. September 2015,** wenn der Erweiterungsbau Sprengel Museum Hannover eröffnet, zunächst werden die neuen Räume ins Zentrum gerückt mit dem Projekt „Zehn Räume, drei Loggien und ein Saal".
Für benötigte Umbauarbeiten wird das gesamte Sprengel Museum Hannover Anfang des Jahres 2016 für einige Monate geschlossen sein, ab Mitte Mai 2016 können Sie sich dann auf ein spannenderes und größeres Museum mit uns freuen.
Aufgrund der Schließungsphase finden im Herbst 2015 nur die **WERKSTATTKURSE** statt, entfallen in den Räumlichkeiten des Sprengel Museums Hannover die Frühjahrskurse 2016 komplett und im Herbstprogramm 2016 geht es dann im alten Format mit neuen Glanz weiter.

WERKSTATTREIHE

Freies Malen

Kalte und warme Farben, Harmonie und Dissonanz, Lasuren und pastoser Farbauftrag…
In diesem Kurs werden Grundtechniken der Malerei und der farbigen Gestaltung vermittelt. Die Originale im Sprengel Museum Hannover bilden den Ausgangspunkt für die eigene Arbeit und geben Anregungen zur Bildfindung und zur Auseinandersetzung mit Farbe, Form und Komposition. Dabei können figurative, landschaftliche oder auch ganz ungegenständliche Bilder entstehen. Gemalt wird mit Acryl- oder auch Gouachefarben. Bitte mitbringen: Grundfarben und Weiß, Malblock A2 (mind. 300 g/m2), Borsten- oder Kunsthaarpinsel, Malspachtel, Schraubglas und Pappteller. Auch geeignet zur Mappenvorbereitung für Design- und andere Studiengänge.

81001W8
Frank Rosenthal (Künstler)
Freitag, 15.30 – 17.45 Uhr, 11 x 3 Ustd.
25. September – 18. Dezember
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
85,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Wege zum eigenen Bild

Die Kunstwerke, der klassischen Moderne im Sprengel Museum Hannover, bilden in diesem Semester die Grundlage für unsere Arbeit. Indem wir uns theoretisch und praktisch mit ihnen beschäftigen, werden wir kreativ und finden zu eigenen Bildinhalten. Je nach Neigung der Kursteilnehmer können verschiedene Techniken und Arbeitsmaterialien zum Einsatz kommen. AnfängerInnen und Fortgeschrittene zeichnen und malen, üben schnelle Skizzen und vervollständigen zum Beispiel ihre Kenntnisse der zeichnerischen Darstellungsmöglichkeiten und der Farbenlehre. Bitte bringen Sie einen Zeichenblock und weichen Bleistift (B) mit, das Arbeitsprogramm sowie weitere Arbeitsmaterialien werden in der ersten Sitzung besprochen.

81002W8
Otto Götzl (Grafiker)
Samstag, 10.15 – 13.15 Uhr, 10 x 3 Ustd.
12. September – 12. Dezember
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
75 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Abstrakte und experimentelle Malerei

Die abstrakte Malerei bietet wie kaum eine andere Kunstrichtung die Möglichkeit, grundlegende ästhetische Erfahrungen zu machen und die Gestaltungsmittel Farbe, Form und Komposition ganz losgelöst von gegenständlichen Vorstellungen zu betrachten. Ausgehend von beispielhaften Werken aus der Sammlung des Sprengel Museums wird in diesem Kurs den unterschiedlichen Tendenzen und Ausprägungen der abstrakten/ ungegenständlichen Malerei des 20. Jahrhunderts nachgegangen. Dabei geht es neben der Vermittlung des kunsthistorischen Zusammenhanges vor allem um ein praktisches Experimentieren mit Farbe und Form. Bitte mitbringen: Malblock A2, Borsten/ Kunsthaarpinsel, Acrylfarben, Schraubglas und Pappteller.

81003W8
Frank Rosenthal (Künstler)
Dienstag, 17.30 – 19.45 Uhr, 11 x 3 Ustd.
22. September – 15. Dezember
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
85,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Graffiti siehe Seite 126

Menschendarstellungen – Malen nach Modell

Der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit der Darstellung von Menschen anhand eines bekleideten Modells. Gemeinsam wird der Weg von der visuellen Erfassung der Proportionen und der Körperhaltung bis zur Zeichnung oder Malerei erprobt. Welche Gesichtszüge des Modells sind Charakteristisch, wie sind sie darzustellen? Wie wird eine plastische Wirkung erzeugt? Für den Gestaltungsprozess sind die persönliche Empfindung, eine freie Herangehensweise und die eigene Handschrift ebenso wichtig wie die technische Umsetzung des Wahrgenommenen. Menschendarstellungen von Künstlern aus der Sammlung des Sprengelmuseums geben Anregung für die eigene Arbeit.
Bitte Zeichen- und Malmaterial mitbringen.
Es entstehen im Kurs zusätzlich geringe Kosten für das Modell (ca. 25 €).

81004W8
Andreas Palm (Künstler)
Donnerstag, 15.30 – 17.45 Uhr, 11 x 3 Ustd.
24. September – 17. Dezember
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
82,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Techniken der Radierung

Beginnende und Fortgeschrittene erwerben handwerkliche Kenntnisse in verschiedenen Radiertechniken: Kaltnadel, Ätzradierung, Aquatinta und Farbradierung mit mehreren Platten. Die eigene Arbeit erwächst aus der Auseinandersetzung mit druckgrafischen Werken des Museums, wobei den Teilnehmenden viel Raum gegeben wird für ihre persönlichen Ideen. Die Betrachtung ausgewählter Radierungen von Kunstschaffenden des 20. Jahrhunderts ergänzt die praktische Beschäftigung mit der Technik der Radierung und eröffnet neue Horizonte. Eine Materialbesprechung erfolgt am ersten Abend.

81005W8
Assunta Verrone (Künstlerin)
Dienstag, 17 – 19.15 Uhr, 10 x 3 Ustd.
22. September – 8. Dezember
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
75 € + 29 € Zusatzkosten

Radierungs-Wochenendkurs

Einführung in die Radiertechniken, von Kaltnadel-Radierung bis Strichätzung und experimentellen Prägedruck. Es werden kleinere Formate bevorzugt, um die Schwierigkeiten dieser aufwendigen Techniken in Grenzen zu halten und gleichzeitig die beste Ausdruckstechnik für sich zu finden. Mitzubringen sind Handschuhe, Schürze, Papier zum Skizzieren und Drucken , ein runder Pinsel Nr. 2, leichte Pappe und Schere.

81006W8
Assunta Verrone (Künstlerin)
Samstag und Sonntag, 13 – 17.30 Uhr, 2 x 6 Ustd.
17. und 18. Oktober
Sprengel Museum Hannover, Kurt-Schwitters-Platz
30 € + 23 € Zusatzkosten

Graphik-Markt siehe Seite 6

Weitere Mal- und Zeichenkurse siehe Seite 115 ff

ANGEBOT DER VHS IN KOOPERATION MIT DEM MUSEUM AUGUST KESTNER

Vortragsreihe

„Hannoversche Altertumswissenschaftliche Vorträge“

Die „Hannoverschen Altertumswissenschaftlichen Vorträge (HAV)“ sind eine Kooperation von Museum August Kestner, Historischem Seminar der Leibniz-Universität und Volkshochschule Hannover. Die durchgehend attraktiv bebilderten Vorträge von renommierten Fachleuten widmen sich allen in Hannover vertretenen Disziplinen der Altertumswissenschaften: Klassische Archäologie, Ägyptologie und Alte Geschichte.

32002W8
Mittwoch, **4. November,** 18.30 Uhr
- Thema: Ein Kessel Buntes – zur Farbigkeit antiker Textilien
- Referentin: **Dr. Anne Viola Siebert,** Hannover

Museum August Kestner, Trammplatz 3
Museumseintritt

32003W8
Mittwoch, **25. November,** 18.30 Uhr
- Thema: Seide, Leinen, Balsamierungsöle – Bestattungssitten des 1. bis 4. Jhd. nach Christus in Rom
- Referentin: **Dr. Annette Paetz,** gen. Schieck, Krefeld

Museum August Kestner, Trammplatz 3
Museumseintritt

32004W8
Mittwoch, **27. Januar 2016,** 18.30 Uhr
- Thema: N. N.
- Referent: **N. N.**

Museum August Kestner, Trammplatz 3
Museumseintritt

Fotografie im Museum August Kestner siehe Seite 121

Geschichte des Osmanischen Reiches siehe Seite 106

Baukultureller Herbstspaziergang siehe Seite 106

Troja – Mythos und Archäologie

Vor über 140 Jahren begann Schliemann mit seinen ersten archäologischen Forschungen, um Troja zu finden. Heute ist der Hügel von Hisarlık UNESCO-Weltkulturerbe und wird von den meisten Gelehrten als das legendäre Troja der Ilias gedeutet. Nach dem öffentlichen und oft wiederholten Gelehrtenstreit um die Interpretation der Ausgrabungen von 1988 bis 2001 ist es still geworden um diesen geschichtsträchtigen Ort. 2013 endete die letzte deutsche Forschungsgrabung der Universität Tübingen, die 1988 begonnen hatte. Was sind die Ergebnisse dieser jahrzehntelangen Ausgrabungen? Gibt es neue Erkenntnisse? Ist die Diskussion beigelegt? Wir werden uns mit dem Mythos und seiner Rezeption, aber hauptsächlich mit den alten und neuen Befunden und Funden aus den Ausgrabungen am Hügel von Hisarlık und weiterer zeitgleicher Siedlungen befassen und versuchen, uns ein Bild über die Problematik der Interpretation zu machen.

32005W8

Dr. phil. Beate Veil (Archäologin)
Samstag, 10 – 15.15 Uhr, 6 Ustd. (mit Pause)
10. Oktober
Haus der VHS
21 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ergänzende Veranstaltungen zum Thema Troja

- Tagesfahrt nach Berlin zum Thema Troja am 24.10.2015, verbunden mit einem Besuch des Neuen Museums und mit Führung im Schliemann-Saal
- Studienreise „Troja, Pergamon, Sardes und Bursa – Antike und Geschichte in der nordwestlichen Türkei“ vom 2.11. – 11.11.2015.

Anmeldung und Information unter:
Tel. (0511) 6069791 oder *beate.veil@arub.net*
Weitere Infos dazu unter *www.arub.net*

ZEICHNEN

Bitte sprechen Sie die Materialausstattung mit der Kursleitung ab.
An alle, die zeichnen oder malen wollen: Wer einen Kurs für Zeichnen oder Malen belegen möchte, ist oft ratlos, denn es gibt viele Fragen, wie z. B. „Muss man erst zeichnen können, ehe man malen lernt? Was kostet eine Ausrüstung? Muss man für diese Kurse begabt sein?“ Deshalb hier ein paar Tipps: Haben Sie Spaß daran, etwas Neues anzufangen und sich kreativ zu betätigen, so finden Sie hier ein Angebot. Fragen zur Ausrüstung können Sie ohne Scheu mit der Kursleitung besprechen. Es gibt viele Möglichkeiten des Ausdrucks mit Farbe und Form. Lesen Sie sich bitte die Kursankündigungen genau durch. Noch ein Wort zu den Kosten: Papiere und Materialien sind teuer geworden. Sie müssen deshalb mit zusätzlichen Materialkosten für einen Kurs rechnen.

Wochenendkurs

Zeichnen lernen – Klassische Zeichentechniken

Besonders geeignet für Anfängerinnen und Anfänger.
Die Zeichnung ist das Fundament jeder Malerei. Sie ist der erste Gedanke, der aufs Papier kommt, und kann eigenständiges Kunstwerk oder weiterführende Skizze sein.
Damit sie gelingt und das Arbeiten Freude macht, lernen wir an diesem Wochenende ihre wichtigsten Grundlagen kennen:

- die Anwendung der drei Elemente der Zeichnung
- das richtige Einschätzen der Proportionen
- das Erkennen perspektivischer Zusammenhänge
- die Berücksichtigung gestalterischer Grundlagen
- den Umgang mit Licht und Schatten, Fläche und Raum

Die entscheidenden Materialien des Zeichnens, wie z. B. Bleistift, Feder, Kreide, Kohle und Farbstift werden hierbei vorgestellt und praktisch angewendet.
Bitte Bleistifte HB, 2B oder 4B, Anspitzer, Radiergummi, sowie Zeichenpapier der Größe DIN A3, Lineal und Schreibblock mitbringen.
Zusätzliches Material stellt der Kursleiter zur Verfügung.

81010W8

Bernhard Lehmann
Freitag, 18.30 – 20.45 Uhr
Samstag, 9.30 – 15 Uhr
Sonntag, 9.30 – 12.45 Uhr, 14 Ustd.
6. – 8. November
Haus der VHS
35 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Zeichnen lernen

Die Handhabung des Bleistifts und das Zeichnen einfacher Gegenstände und Landschaften stehen auf dem Programm. Durch grundsätzliche Erklärungen und Zeichenübungen wird sich Ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten aufbauen und verbessern. Perspektive, Licht und Schatten werden auf leicht verständliche Weise mit einfließen.
Material: 1 Zeichenblock, A3, min. 150 g/qm. Besser 180 g/qm. 1weichen und 1 harten Bleistift, 1 weichen Radiergummi, 1 einen Knetgummi. Das Material kann auch im Atelier erworben werden.

81011W8

Torsten Paul
Montag, 19.30 – 21 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Atelier Torsten Paul, Kleine Pfahlstr. 20 C
76,80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Skizzieren – schnelles Erfassen und Wiedergeben

Die Skizze ist ein Entwurf, ein Konzept, ein erster Überblick, sie ist eine mit groben Strichen knapp gehaltene Darstellung. Oft dient sie als Grundlage für ein späteres Werk, eine Vorzeichnung, die nicht detailliert oder ausgearbeitet sein muss, aber Wesentliches enthält. Dieser Kurs beginnt mit einer kleinen Einführung in die Möglichkeiten, die eine Skizze bietet. Mit schnellen zeichnerischen Wiedergaben unterschiedlichster Situationen und Gegenständen werden wir unser Skizzenbuch füllen.
Eine geschärfte Sichtweise und das Erfassen des Wesentlichen sind Ziel dieser Aktion.

81012W8

Torsten Paul
Mittwoch, 17 – 19.15 Uhr, 10 x 3 Ustd.
16. September – 2. Dezember
Atelier Torsten Paul, Kleine Pfahlstr. 20 C
96 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Zeichnen ohne Talent?

Dieser Kurs eignet sich für AnfängerInnen, die gerne zeichnen möchten, aber glauben, nicht über die nötige Begabung zu verfügen. Bleistift und Papier waren über Jahrhunderte die Materialien, mit denen große Künstler die Entwürfe für spätere Bilder oder Skulpturen anfertigten. Sie erlernen die grundlegenden Fertigkeiten, um Objekte in ihren richtigen Relationen zeichnerisch erfassen zu können. Dabei werden Formen und Perspektiven in Relation zueinander gesetzt und markante Merkmale erfasst.
Mit der Festlegung des jeweiligen Bildausschnitts wird auch die Bildkomposition bestimmt.
Eine besondere Bedeutung spielen Licht, Schatten und Schraffierungen, um Rundungen und Tiefen möglichst realistisch darzustellen.
Bitte folgendes Material mitbringen: Bleistifte HB, 2B, 4B, Zeichenblock DIN A3, Anspitzer und weiches Radiergummi.

81013W8
Bernhard Lehmann
Samstag 10 – 16.30 Uhr, Sonntag, 10 – 15 Uhr, 13 Ustd.
12./13. Dezember
Haus der VHS
32,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Portraitzeichnen am Vormittag

Eine methodische Heranführung an das Portraitzeichnen über den allgemeinen Umgang mit Maßen und Proportionen wird zeigen, dass das Gesicht nicht das allein Wichtige ist. So wird das Sehen intensiviert, und erst im Folgenden wird es um „Ausdruck“ gehen. In der Gruppe besteht leichter die Möglichkeit, die eigenen Fähigkeiten zu erkennen. Bitte bringen Sie Zeichenpapier DIN A2 und einen Bleistift mit. Modellgeld in Höhe von 23 € wird im Kurs erhoben.

81014W8
Dagmar Brand
Donnerstag, 9.30 – 11.45 Uhr, 12 x 3 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
90 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

81015W8
Dagmar Brand
Donnerstag, 12 – 14.15 Uhr, 12 x 3 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
90 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Akt zeichnen und malen

Der menschliche Körper ist eine super spannende Vorlage, zeichnerische Techniken zu erforschen und um zeichnerischen Ausdruck verfeinern zu können. Genaues Betrachten, Übung und Ausdauer bereichern das eigene Sehen und fordern gleichzeitig das Abstraktionsvermögen. Kurzübungen und Proportionslehre sollen Sie anregen, bekannte zeichnerische Formen zu verfeinern – aber auch neue Wege zu entdecken. Unterschiedliche Menschen/Modelle bieten dafür immer wieder veränderte Herausforderungen. Neue und erfahrene KursteilnehmerInnen können dabei in sinnvollen Austausch treten und vielfältige Stilmittel miteinander vergleichen.
Bitte eigene Farben und Zeichenmaterial ihrer Wahl mitbringen (auch einen Zeichenblock sowie Skizzenpapier, bitte nicht kleiner als DIN A3), Bleistifte: B, B2, B4, B6, Kohle, 2 – 3 Kreiden, Tusche, Feder, Pinsel, Wasserglas, Radierer, Schere, Kleber soweit vorhanden.
Das Modellgeld ist in den Zusatzkosten enthalten.

81016W8
Petra Beyer
Donnerstag, 18.30 – 20.45 Uhr, 10 x 3 Ustd.
24. September – 10. Dezember
Haus der VHS
75 € + 42 € Zusatzkosten

81017W8
Petra Beyer
Samstag/Sonntag, 10 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
28./29. November
Haus der VHS
40 € + 28,50 € Zusatzkosten

MALEN

3 klassische Maltechniken im direkten Vergleich

Malen Lernen

Geeignet für alle Mal-Interessierten, die ohne großen Aufwand mehr über Malerei erlernen wollen. Dieser Kurs bietet für die Teilnehmer/innen die Möglichkeit, 3 klassische Deckfarbentechniken zu vergleichen:
- Acrylmalerei, eine relativ neue, aber sehr verbreitete Technik
- Temperamalerei, die älteste Deckfarbentechnik
- Ölmalerei, die „Königsdisziplin“

In sinnvoller Reihenfolge werden diese 3 Techniken praktisch erprobt, Unterschiede und Gemeinsamkeiten untersucht, und die TeilnehmerInnen werden nach dem Vergleich vielleicht ihre Lieblingsdisziplin herausfinden.
Farbenlehre, Komposition und Perspektive, Licht und Schatten bestimmen seit Jahrhunderten die Malerei und sollen auch in diesem Kurs Basis für gelungene Werke sein. Zudem ist der Kurs offen für experimentelle (abstrakte) Ansätze und Kreativität und Ideen der KursteilnehmerInnen.
Ausführliche Kurs- und Materialbesprechung am 1. Abend. Farben müssen nicht von den Teilnehmenden mitgebracht werden, sondern werden zunächst gegen Gebühr nach Verbrauch gestellt (ca. 1 – 2 € pro TN). Wer schon eigene Farben hat, darf diese natürlich benutzen.

81020W8
Bernhard Lehmann
Montag, 18.30 – 20.45 Uhr, 8 x 3 Ustd.
5. Oktober – 7. Dezember
Haus der VHS
60 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Aquarell
für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Aquarellfarben lassen sich in unterschiedlichster Weise verwenden. Der Malgrund – Aquarellpapier – kann nass oder trocken sein, die Farben sehr verdünnt oder pastös aufgetragen werden. Jedesmal entstehen sehr unterschiedliche Ergebnisse.
Das entstandene Bild kann sehr pastell und blass in den Farben wirken oder das Ergebnis ist ein kraftvoll, leuchtendes Bild.
Im Kurs arbeiten wir thematisch und versuchen das Motiv in verschiedenen Techniken und Farben darzustellen.
Aufgrund möglicher Außenaktivitäten ist der Kurs für Menschen mit körperlicher Einschränkung nicht geeignet. Materialbeschaffung nach Absprache am 1. Kursabend.

81021W8
Torsten Paul
Montag, 17 – 19.15 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
90 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Graffiti siehe Seite 126

Malen mit Acrylfarben

Dieser Kurs bietet AnfängerInnen und Fortgeschrittenen an, sich durch Malen mit Acrylfarben die eigene gestalterische Möglichkeit zu schaffen. Wir werden großflächig und auf allen Materialien (Holz, Pappe, Papier, Leinwand, Metall usw.) arbeiten. Das Experimentieren mit der Farbe ist Schwerpunkt dieses Kurses.
Bitte bringen Sie für die ersten Stunden festes Zeichenpapier (Karton), Tücher und breite Pinsel mit. Farben werden gestellt.
Materialkosten von ca. 8 € werden am ersten Kursabend erhoben.

81022W8
Dagmar Brand
Dienstag, 16.30 – 18.45 Uhr, 11 x 3 Ustd.
22. September – 15. Dezember
Haus der VHS
82,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

81023W8
Dagmar Brand
Dienstag, 19 – 21.15 Uhr, 11 x 3 Ustd.
22. September – 15. Dezember
Haus der VHS
82,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Malerei – „Ihre Glanzstückchen“

Sie erschaffen Bilder: farbig, lustvoll, gemeinsam oder individuell. MAL mehr oder weniger – Gegensätze ziehen sich an – hart und weich, pastos und verdünnt, schwarz/weiß oder Farbe, Figur, Blüte oder Landschaft, Akt oder abstrakt.
Es wird auf Besonderheiten und Eigenschaften verschiedenster Farben/Techniken eingegangen, die sich zahlreich variieren lassen und schnell zu einem Glanzstückchen werden können. Bitte eigene Bildideen mitbringen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sie lernen, sich zu entscheiden, ausprobieren, verwerfen und Neues finden.
Bitte bringen sie folgende Materialien mit: 1 Grundsortiment 6 – 12 Farben Acrylfarben, unterschiedliche Pinsel (weiche/harte, runde/flache, kleine/große), 1 Lappen, 2 Wassergefäße, 1 Mischteller/-palette, kleinen Schwamm, verschiedene Leinwände oder Malgründe in ihrer Bedarfsmenge (2 – 3) und Größenvorstellungen.

81024W8
Petra Beyer
Samstag und Sonntag, 10 – 16 Uhr, 16 Ustd.
31. Oktober/1. November
Haus der VHS
40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Buchtipp

Martin Schuster · Hildegard Ameln-Haffke
Selbsterfahrung durch Malen und Gestalten
Die therapeutische Kraft der Kunst nutzen
2013, 186 Seiten, Kleinformat, € 19,95 / CHF 28,50
ISBN 978-3-8017-2405-4

Wie wirkt das Malen auf seelische Prozesse? Können künstlerische Tätigkeiten zur seelischen Gesundheit beitragen? Der Ratgeber beschreibt anhand zahlreicher Fotos und Beispiele verschiedene kunsttherapeutische Übungen. Der Band zeigt auf, wie künstlerisches Tun unvermutete Ressourcen wecken, Selbstheilungskräfte freisetzen und zu mehr Lebensfreude beitragen kann.

HOGREFE
Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
E-Mail: verlag@hogrefe.de · Internet: www.hogrefe.de

Malen – Wege zum Bild mit allen Mitteln (Acryl/Öl/Aquarell/Pastell/Collage)

Sie können in diesem Kurs verschiedene Techniken kennenlernen und anwenden. Praktische Übungen und Korrekturgespräche stehen im Blickpunkt der Vermittlung. Gelehrt wird u. a. Form und Farbe, Perspektive und Komposition.
Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene, das eigene „künstlerische" Tun steht im Vordergrund. Die Umsetzung ihrer Wahrnehmung, Erfahrung und Gefühle erfolgt mit unterschiedlichen Materialien.
Bitte bringen Sie Vorlagen, Material wie Farbe, Pinsel, einen Malblock oder andere geeignete Malflächen wie Leinwand/Malkarton in Wunschgröße mit. Weiteres evtl. nach Rücksprache mit der Kursleiterin.

81025W8
Petra Beyer
Mittwoch, 17.30 – 20 Uhr, 12 x 3 Ustd.
23. September – 9. Dezember
Haus der VHS
90 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Mappenvorbereitung und berufliches Zeichnen und Malen von der Skizze bis zur Präsentation

Naturalistische und abstrakte Vorlagen, von der Skizze unterwegs bis zum Stillleben sind es unterschiedliche Wege. Menschliches, Blumiges, Architektur und Landschaft als zeichnerische und malerische Techniken können erforscht werden. Mit dem eigenen persönlichen Handstrich kann das geeignete Medium für ein Thema gefunden werden. Weitere Formen können verfeinert und in weiteren Ausführungen dargestellt werden.
Gestaltungs- und Studienanwärter, Studierende aber auch Erfahrene können in kreativen Austausch gehen. Genaues Betrachten und die Beschreibung von Emotionen steigern unsere Wahrnehmung und das eigene Abstraktionsvermögen. Themen sind: Licht, Schatten, Form, Struktur, Komposition, Farbe, Perspektive und andere.
Bitte eigene Farben und Zeichenmaterialien mitbringen: einen Zeichenblock, Skizzenpapier (bitte nicht kleiner als DIN A3), Bleistifte: B, B2, B4, B6, Kohle, 2 – 3 Kreiden, Tusche, Feder, Pinsel, Wasserglas, Radierer, Schere, Kleber soweit vorhanden, weiteres Material nach Absprache oder im Austausch, evtl. Materialgeld.

81026W8
Petra Beyer
Samstag, 11 – 14.15 Uhr, 6 x 5 Ustd.
10. + 17. Oktober, 7., 14. und 21. November, 5. Dezember
Haus der VHS
75 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Gefühle malen

GEFÜHLE MALEN UND VERARBEITEN
Diese Metapher ist ein Malangebot an alle, die sich trauen Ihre Gefühle wie FREUDE, ANGST, SORGE, FREIHEIT, LIEBE, WUT oder TRAUER einmal loszulassen und diese anhand verschiedener Maltechniken auf die Leinwand, ein Papier, einen Zeichenkarton oder Ähnlichem festzuhalten und zu übertragen.
1. Tag:
1. Erläuterung des Themas
2. Materialfindung
3. Maltechniken
4. Findung und Erörterung der Einzelthemen
2. Tag:
1. Inspirationphase am Leineufer – ca. 30 Minuten
2. Fixierungs- bzw. Aktionsphase
3. Entspannungsphase – ca. 15 Minuten
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Das Material kann je nach Wunsch und Bedarf am Abend direkt bestellt werden. Ebenso dürfen eigene Materialien mitgebracht werden. Die Materialkosten werden separat abgerechnet.

81027W8
Ira Pöhlitz-Blume (Dipl.-Ing.-Architektin)
Freitag, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
Samstag, 14 – 18 Uhr, 5 Ustd.
25./26. September
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Freies Malen II

Kalte und warme Farben, Harmonie und Dissonanz, Lasuren und pastoser Farbauftrag… In diesem Kurs werden Grundtechniken der Malerei und der farbigen Gestaltung vermittelt. Die Originale im Sprengel Museum Hannover bilden den Ausgangspunkt für die eigene Arbeit und geben Anregungen zur Bildfindung und zur Auseinandersetzung mit Farbe, Form und Komposition. Dabei können vielfältig gegenständliche oder auch ganz abstrakte Bilder entstehen. Gemalt wird mit Acryl- oder auch Gouachefarben. Bitte mitbringen: Grundfarben u. Weiß, Malblock A2 (mind. 300 g/m2), Borsten- oder Kunsthaarpinsel, Malspachtel, Schraubglas und Pappteller.

81028W8
Frank Rosenthal (Künstler)
Freitag, 12.30 – 14.45 Uhr, 11 x 3 Ustd.
25. September – 18. Dezember
Haus der VHS
75 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Wir sind angekommen!

DIE VHS – JETZT AN DER LEINE!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS II
Stephan Kaps
SPRECHSTUNDEN nach Vereinbarung
TEL 168-36342
ORT Lindener Rathaus, Raum 1.08
E-MAIL stephan.kaps@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Heike Dormeier
TEL 168-44373
ORT Haus der VHS, Raum 208, 2. Etage
E-MAIL
heike.dormeier-blanke@hannover-stadt.de

FOTOGRAFIE UND FILM

In Kooperation mit der DIK

Ein italienisch-deutscher Filmabend

Was macht die Heimat mit einem Kunstschaffenden? Welche Spuren davon werden sichtbar? Und sind diese Hinweise auf die Wurzeln für jeden verständlich und sichtbar?
Die Künstlerin Alice Angeletti (1978 in La Spezia Italien, geboren) beschäftigt sich auf poetische Weise mit dem Medium Film. Kommt Sprache zum Einsatz, so ist diese italienisch. Liegt das nur auf der inhaltlichen oder auch auf der emotionalen Ebene begründet?
Wir sehen uns kurze filmische Arbeiten der jungen Künstlerin an und kommen dann in den Dialog, begeben uns gemeinsam auf die Suche nach Italien.

230FPX2
Alice Angeletti (Künstlerin)
Mittwoch, 18.30 – 20.45, 3 Ustd
7. Oktober
Haus der VHS
Eintritt 7 €, ermäßigt 5 €, DIK-Mitglieder frei

Weitere Veranstaltungen mit der DIK
siehe Seite 111

Digitale Fotografie in schwarzweiß – Bildgestaltung, Bildaussage, Bildkomposition

In einer Welt von digitaler Farbfotografie übt die digitale Schwarzweiß-Fotografie durch ihre Reduzierung auf Schwarzweiß und Grautöne eine besondere Faszination aus. Schwarzweiß-Fotografie ist eine Ausdrucksform in der Fotografie die neben großer Beliebtheit auch genügend Potential hat um ausgebaut zu werden. In diesem Kurs lernen Sie Schwarzweiß zu sehen und geeignete Motive schneller zu erkennen. Am ersten Abend werden wir uns gemeinsam zwei Themen aussuchen, die wir dann an zwei Samstagen in die Praxis umsetzen.
Diese Bilder werden wir dann auf dem PC mit dem Programm Photoshop in Schwarzweiß umsetzen und ausführlich gemeinsam besprechen.
Inhalte:
- Welche Motive eignen sich für die Schwarzweiß-Fotografie?
- Bildgestaltung
- Bildaussage
- Lichtführung
- Goldener Schnitt: Was ein gutes Foto von einem durchschnittlichen unterscheidet

Umgang mit PC ist Voraussetzung, der Umgang mit Photoshop ist wünschenswert, aber keine Voraussetzung.

88001P8
Petar Beres (Freischaffender Fotograf)
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 7 x 2 Ustd.
7. Oktober – 2. Dezember
VHS Büssingweg 9, Eingang links
37,80 € + 21,50 € Zusatzkosten
Während der Herbstferien vom 19.10. – 31.10.15 findet kein Unterricht statt.

Foto-Markt siehe Seite 6

Digitale Fotografie in schwarzweiß – Umsetzung von Farben in Grautöne

Gerade im digitalen Zeitalter, wo die Kameras Farbaufnahmen liefern, haben Schwarzweißaufnahmen ihren ganz besonderen Reiz. Wenn die Aufnahmen an Brillanz überzeugen sollen, muss die Umwandlung allerdings gelernt sein. Zunächst sollte man sich der Tatsache bewusst sein, dass ein Schwarzweißfoto etwas anderes ist als ein Farbbild ohne Farbe! Nicht alle sind damit zufrieden, was die Kamera oder ein Bildbearbeitungsprogramm liefern, wenn man einem Farbbild mit einem „Klick“ die Farbinformationen entzieht und sich so eine S/W-Aufnahme schafft.
Es gibt mehrere Möglichkeiten mit Photoshop eine Farbdatei in S/W umzusetzen. Damit setzen wir uns in diesem Kurs auseinander.
Beim ersten Treffen werden wir gemeinsam in der Stadt einige Aufnahmen machen, die wir dann im Laufe des Kurses in S/W konvertieren werden. Bitte deswegen am ersten Abend eine Kamera mitbringen.
Inhalte:
- Was ist ein RAW/eine JPG-Datei?
- Farbton/Sättigung – Entsättigung
- S/W-Umsetzung mit Kanalmixer
- Sechs Farbkanäle individuell regeln
- Kontraststeigerung mit Tonwertkorrektur
- Tonung

Umgang mit PC ist Voraussetzung. Umgang mit Photoshop ist wünschenswert aber keine Voraussetzung.

88002P8
Petar Beres (Freischaffender Fotograf)
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 7 x 2 Ustd.
8. Oktober – 3. Dezember
VHS Büssingweg 9, Eingang links
37,80 € + 21,50 € Zusatzkosten
Während der Herbstferien vom 19.10. – 31.10.15 findet kein Unterricht statt.

Anspruchsvolle Fotografie im digitalen Zeitalter

Der Kurs richtet sich an alle Fotobegeisterten, die unter Anleitung eines engagierten Lichtbildners die Grundlagen der Fotografie erlernen möchten. Allgemeine Grundsätze der Bildkomposition wie Perspektive, Flächen und Linien, Vorder-/ Hintergrund, Lichtführung und Farbgestaltung werden ebenso behandelt wie die technischen Aspekte Belichtungsmessung, Verschlusszeit, Blende, Wechselobjektive, Nahaufnahmen, Blitztechnik, Zubehör, S/W-Technik usw.
Großer Wert wird darauf gelegt, dass alle Beginnenden die jeweiligen Einstellungen an ihrer Digitalkamera vornehmen können. Begriffe wie HDR-Technik, Weißabgleich, Moiré, Live-View, Cropfaktor usw. werden gebührend behandelt. Die jeweiligen Aspekte werden eingehend erläutert; Bildbeispiele und Vorführgeräte helfen, das Stoffgebiet zu verstehen. Das Erlernte wird fallweise umgehend in die Praxis umgesetzt. Richten Sie sich bitte auch auf Außenaufnahmen ein. Bringen Sie Ihre Exponate (Abzüge ab 10 x 15 cm) zwecks Bildbesprechung mit. Auf einer gemeinsamen Exkursion wird das Erlernte unter dem Aspekt der Reisefotografie fachgerecht angewandt.
Eine CD mit Unterrichtsmaterialien kann zum Selbstkostenpreis von 3,00 € beim Dozenten erworben werden.

88003P8

Wolf-Dieter Kempa (Freier Fotograf)
Mittwoch, 17 – 19.15 Uhr, 8 x 3 Ustd.
23. September – 25. November
sowie eine Exkursion am Samstag, **10. Oktober**
ab 10 Uhr, 6 Ustd.
Haus der VHS
75 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Nachts in Hannover

Wenn die meisten Leute ihren Arbeitstag beenden, beginnen Lichter zu leuchten und die Stadt zeigt ihr zweites Gesicht. Es entsteht eine Farbenpracht, die hinter jeder Fassade eine andere – eine fantastische Welt vermuten lässt. Nach einer theoretischen Einführung in die Technik der Nachtaufnahmen wollen wir genau dieses andere Gesicht der Stadt zu unseren ganz eigenen Bildern machen. Anschließend werden wir unsere Fotos auswerten und am Computer bearbeiten. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt. Eine Digitalkamera bei der Blende und Zeit einstellbar ist und Lust auf bunte Bilder sollten vorhanden sein.

88004P8

René Ledrado (Fotograf)
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 5 x 4 Ustd.
4. – 25. November
Haus der VHS
54 € + 25 € Zusatzkosten

Digitalfotografie für EinsteigerInnen

Dieser Kurs richtet sich an alle Fotofreunde, die ihre Digitalkamera besser kennenlernen und erste Gehversuche in digitaler Bildbearbeitung machen möchten. Wir behandeln die gesamte digitale Bilderkette von der Aufnahme bis zur Bildausgabe. Dabei bearbeiten wir Themen wie Auflösung, Komprimierung, Bildgröße usw. und bringen sie in Verhältnis zueinander.
Was muss ich eigentlich besonders beachten, wenn ich mit meiner Digitalkamera Sport-, Nacht- oder Blitzaufnahmen machen möchte? Diese und andere Fragen werden wir im Kurs klären.
Der Kurs teilt sich in drei Bereiche:

- einen theoretischen, in dem wir wichtige Grundlagen der Digitalfotografie erarbeiten.
- einen praktischen, wo wir den Umgang mit der Digitalkamera auf einem längeren Fotospaziergang üben.
- einen Bearbeitungsteil am PC, in dem wir die wichtigsten Möglichkeiten der Bildbearbeitung mit spezieller Software (Photoshop) erlernen.

Zum ersten Abend können gerne eigene Bilder mitgebracht werden.
Erforderlich sind Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer.

88005P8

René Ledrado (Fotograf)
Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 5 x 4 Ustd.
22. September – 3. November
Samstag, 10 – 16 Uhr (mit Pause), 8 Ustd.
10. Oktober
Haus der VHS
75,60 € + 37 € Zusatzkosten

→

88006P8

Jürgen Voss (Fotograf)
Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 5 x 4 Ustd.
3. November – 11. Dezember
Samstag, 10 – 16 Uhr (mit Pause), 8 Ustd.
21. November
VHS Büssingweg 9, Eingang links
75,60 € + 37 € Zusatzkosten

Digitalfotografie für Fortgeschrittene

Aufbaukurs Digitalfotografie, kann auch als Fortführung zum Kurs „Digitalfotografie für EinsteigerInnen“ genommen werden.
In erster Linie wollen wir unser fotografisches Auge und die Kreativität, die in jedem von uns steckt, schulen. Technisch werden wir uns besonders mit dem Rohdatenmodus der Kamera und seinen Möglichkeiten der Weiter- bzw. Nachbearbeitung beschäftigen.
Am ersten Abend suchen wir uns gemeinsam ein Thema, das wir dann in Theorie und Praxis erarbeiten und in Szene setzen werden. Das kann von der Landschaftsfotografie über einen Besuch auf der Pferderennbahn bis hin zur Portraitfotografie alles sein.
Unsere Bilder bearbeiten wir dann auf dem PC mit dem Programm Photoshop.
Dabei werden wir von den Entwicklungsmöglichkeiten eines Rohdaten-Bildes, über das Arbeiten in Ebenen, bis hin zu Effekt-Filtern einige Möglichkeiten der Bildbearbeitung umsetzen.
Zum ersten Abend können gerne eigene Bilder mitgebracht werden.

88008P8

René Ledrado (Fotograf)
Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 5 x 4 Ustd.
17. November – 15. Dezember
Samstag, 10 – 16 Uhr (mit Pause), 8 Ustd.
28. November
Haus der VHS
75,60 € + 22 € Zusatzkosten

Künstlerische Digitalfotografie

Sie beherrschen die Grundfunktionen Ihrer Kamera und möchten ausdrucksstarke Innen- und Außenmotive aufnehmen - im Workflow von der Bildidee zum kreativen Foto bis zur Themenreihe. Wir fotografieren mit selbstgebauten Setups aus dem Baumarkt, die man zu Hause nachstellen kann. Standardregeln können bewusst gebrochen werden, um alternative Motive und Beleuchtungen kennenzulernen: Die klassische ‚Rembrandt-Portraitregel' etwa mit modernem Kaltlicht zu kombinieren oder geniale Makrobilder mit Bokeh-Effekt zu erzeugen. Neue Außenmotive werden wir bei trockenem Wetter in der Altstadt entdecken. Parallel werden alle in ihrer individuellen Fotothematik gefördert. Für ausführliche Besprechungen unserer Aufnahmen sowie von anderen Kunstsschaffenden nehmen wir uns Zeit. Zusätzlichen Schub erhalten wir durch das Spezialthema ‚Experimentelle Fotografie mit Langzeitbelichtungen'.

88009P8

Thomas Berndt (Fotojournalist)
Donnerstag, 18.15 – 20.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
8. Oktober – 3. Dezember
Haus der VHS
67,50 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Kompaktseminar

Künstlerische Digitalfotografie

Wir fotografieren drinnen wie draußen und erlernen dabei spielend Kameratechnik und Gestaltungsregeln: Portraits und Nahaufnahmen im Innenraum sowie bei trockenem Wetter Altstadtmotive. Am theoretischen Einführungsabend werden Reisefotografie, Kameraeinstellungen sowie Farbkontraste vermittelt. Beim späteren Auswertungsabend erfolgt eine Bildbesprechung unserer Aufnahmen. Bitte zum ersten Treffen Kamera mitbringen. Beginnende wie Fortgeschrittene sind willkommen - sie können voneinander profitieren.
Bitte mitbringen: Kamera und Bedienungsanleitung.

88010P8

Thomas Berndt (Fotojournalist)
- Einführung
  Montag, 18.15 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
  5. Oktober
- Praxis
  Samstag, 10 – 15.15 Uhr, 6 Ustd. (mit Pause)
  10. Oktober
- Auswertungsabend
  Montag, 18.15 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
  12. Oktober

Haus der VHS
35 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Fotografie im Museum August Kestner

Visuelle museale Eindrücke werden wir in diesem Kompaktseminar fotografisch erforschen und gleichzeitig Sammlungsschätze des Museums in ihrem historischen Kontext kennenlernen.
Nach einer theoretischen Einführung am Montag (VHS) wird Samstag im Museum fotografiert.
Im Fokus stehen die Innenarchitektur des Museums mit seinen Perspektivsichten und Lichtstimmungen sowie Aufnahmen antiker Sammlungsobjekte (z. T. hinter Vitrinenglas) wie Marmorbüsten und Vasen, Keramiken und Glasobjekte.
Wir lernen dabei mit Weißlichtmodus, Lichtempfindlichkeit, Farbenlehre sowie Schärfentiefe umzugehen.
In einer Mittagspause im Museumscafé besprechen wir erste Eindrücke, Snacks können gerne mitgebracht werden.
Am Auswertungsabend werden die interessantesten Aufnahmen begutachtet. Beginnende wie Fortgeschrittene sind willkommen – sie können voneinander profitieren.

88011P8

Thomas Berndt (Fotojournalist)
- Einführung
  Montag, 18.15 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
  16. November
  VHS Hannover
- Samstag, 11.15 – 16.15 Uhr, 6 Ustd. (mit Pause)
  21. November
  Museum August Kestner
- Auswertungsabend
  Montag, 18.15 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
  30. November
  VHS Hannover

35 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
zzgl. 5 € Museumseintritt

Weitere Kurse im Museum August Kestner
siehe Seite 114

Click & Walk – für alle

Sie sind gern in Bewegung? Sie bereisen Städte auch jenseits der Sehenswürdigkeiten und haben Lust zu fotografieren? Fotografieren, Gehen, Umherschweifen. Kreativität und Bewegung.
Auf einer anspruchsvollen Route (ca. 15 km) durch Hannover fotografieren Sie, was Ihnen gefällt und auffällt. Wir machen Fotostopp an Orten, die fotografische Themen nahelegen und entwickeln neue Sichtweisen auf die bekannte Stadt.
Wir experimentieren mit den grundlegenden Dingen der Fotografie: Standpunkt, Perspektive und Bildausschnitt. Betrachtungen über das Sehen und Wahrnehmen sind die Wegmarken. Parallel zur erwanderten Wegstrecke, fotografieren Sie Bildstrecken, die wir am Sonntag in den Räumen der VHS auf einen PC laden. Wir betrachten und analysieren die Bildreihen der Teilnehmenden gemeinsam. Anhand der Bildbetrachtung erläutere ich technische und gestalterische Methoden der Fotografie. Die Fehlerquellen werden offen gelegt und Kniffe auf dem Weg zu einem besseren Bild vermittelt.
Kursteilnehmende sollten an Digitalkamera (vollen Akku + evtl. leeren Reserevespeicher), gutes Schuhwerk und witterungsgemäße Kleidung denken.
Weitere Informationen: *www.uwestelter.com*

88012P8

Uwe Stelter (Fotograf)
Samstag/Sonntag, 10 – 16.30 Uhr, 2 x 8 Ustd.
10./11. Oktober
Haus der VHS
46,40 € +15,50 € Zusatzkosten

DIE BESONDERE GESCHENKIDEE

Ein Kurs der Volkshochschule Hannover
Die Empfängerin/der Empfänger erhält von Ihnen selbst oder direkt von uns einen Geschenkgutschein, auf Wunsch natürlich mit Ihrem Namen!

Den Geschenkgutschein bestellen oder erhalten Sie in der Geschäftsstelle der Volkshochschule Hannover, Burgstraße 14, 30159 Hannover

Das ultimative Weihnachtsgeschenk

Das Fotobuch

Gestalten Sie Ihr Buch!
Die neuen Drucktechniken machen es möglich, das persönlich gestaltete Fotobuch in professioneller Qualität ist für alle machbar. Erinnerungen an die Kindheit, die Urlaubsreise, das Familienfest erhalten ebenso einen wertigen Rahmen, wie das ambitionierte, fotografische Portfolio, die Firmenchronik, die Darstellung Ihrer Sammlung ...
Im Fotobuch präsentieren Sie Ihre besten Bilder und retten sie vor dem Datentsunami auf der Festplatte.
In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie ein Fotobuch zu verschiedenen Themen konzeptionell gestalten. Die Materialauswahl, das Buchlayout, die Seitengestaltung, der Umgang mit Bild und Text werden in einzelnen Schritten gemeinsam erarbeitet. Sie erhalten Tipps und Tricks und setzen das Wissen direkt für Ihr Projekt ein. Dann stellen Sie Ihre Fotografien und Texte in Formaten zusammen und legen die Seitenfolge fest.
Wir nutzen die Software der Firma CEWE. Wer einen Laptop und eigene Bilder mitbringt, startet mit der Gestaltung des eigenen Fotobuchs.
Voraussetzung: Digitale Fotografie und PC- Kenntnisse

88013P8
Uwe Stelter (Fotograf)
Samstag, 10 – 16.30 Uhr, 8 Ustd.
21. November
Haus der VHS
34,80 € + 15,50 € Zusatzkosten

88014P8
Uwe Stelter (Fotograf)
Samstag, 10 – 16.30 Uhr, 8 Ustd.
28. November
Haus der VHS
34,80 € + 15,50 € Zusatzkosten

Skizzieren siehe Seite 115

Reportagefotografie – Tell your story

Ob es Deine Bäckereifachverkäuferin ist oder der Typ zwei Stockwerke unter Dir – bestimmt gibt es jemanden, dessen Leben Dich irgendwie mehr interessieren würde oder dessen Geschichte Du gerne erzählen willst. Endlich kannst Du das mithilfe von Fotos in diesem Kurs tun!
Wir wollen uns in diesem Seminar zuerst mit der Technik einer Systemkamera vertraut machen, über Bildaufbau und Gestaltungsmittel sprechen und schließlich eine auserzählte Reportage in den Händen halten. Wie erzeuge ich Dynamik in einer Bildfolge? Was gibt es für Bearbeitungsmöglichkeiten, um den Betrachter zu lenken? Wie mache ich Fotos, die andere begeistern?
Bitte gerne schon Themenvorschläge zum ersten Treffen mitbringen.
Sina Niemeyer studiert Fotojournalismus & Dokumentarfotografie an der Hochschule Hannover und interessiert sich besonders für Menschen und ihre persönlichen Geschichten sowie für verschiedene Kulturen.
Weitere Informationen: *sinaniemeyer.com*

88015P8
Sina Niemeyer (Fotojournalistin)
Donnerstag, 18 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 16.30 Uhr, 2 x 8 Ustd.
8., 10., 15. und 17. Oktober
Haus der VHS
50 € + 25 € Zusatzkosten

Männerportraits

Männer vor der Kamera - worauf sollte man achten? Sind Männer grundsätzlich anders zu fotografieren als Frauen? Gibt es Besonderheiten in Beleuchtung oder Posing? Wir fotografieren im Studio und je nach Wetterlage ggf. outdoor, sodass unterschiedliche Lichtsituationen ausprobiert werden können. Der Kurs ist sowohl für Neulinge als auch erfahrene Personen im Bereich der Portraitfotografie geeignet.
In den Zusatzkosten ist das Modelgeld bereits enthalten.

88016P8
Florian Bauer
Samstag, 9.30 – 16 Uhr, 8 Ustd. (mit Pause)
28. November
Mietstudio-24, Dachenhausenstraße 7
37,20 € + 15,50 € Zusatzkosten

Digitalfotografie für (Wieder-)Einsteigende

Besonderheiten der digitalen Kameras:
Sie haben eine gute Kamera – aber erhalten dennoch keine zufriedenstellenden Fotos?
Es interessiert Sie mehr, als nur die Automatikfunktion Ihrer Kamera? Sieben Stunden lernen, fotografieren, austauschen in kleinen Gruppen und Fotos auswerten.
Das Wichtigste zuerst: Die Einstellungen an der eigenen Kamera, Auflösung, Bildgröße, Weißabgleich (Farbcharakter), Dateiformat, Komprimierung, Lichtempfindlichkeit (ISO), Blende, Zeit…
Mit praktischem Teil.

Einsteigende
88017P8
Manfred Schlewitz (Fotografenmeister)
Samstag, 10 – 16.30 Uhr, 8 Ustd.
19. September
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Einsteigende
88018P8
Manfred Schlewitz (Fotografenmeister)
Samstag, 10 – 16 Uhr, 8 Ustd.
15. November
Fotostudio Schlewitz, An der Tiefenriede 9 A
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Wiedereinsteigende
88024P8
Manfred Schlewitz (Fotografenmeister)
Sonntag, 10 – 16.30 Uhr, 8 Ustd.
22. November
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Nachtfotografie

Die Nacht ist nicht nur zum Schlafen da. Wenn andere die Füße hochlegen oder ins Bett fallen, warten ungewöhnliche Motive darauf fotografiert zu werden. Licht ist überall, man muss es nur einfangen. Dabei ergeben sich Fotos, worüber viele nur staunen. Außergewöhnliche Zeiten und Witterungen ermöglichen außergewöhnliche Fotos. Dämmerungs- und Nachtaufnahmen sind so faszinierend, dass man sich gern das Zuhause damit schmücken möchte. Praktischer und theoretischer Teil.

88019P8

Manfred Schlewitz (Fotografenmeister)
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 2 x 4 Ustd.
11. und 18. November
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

88020P8

Manfred Schlewitz (Fotografenmeister)
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 2 x 4 Ustd.
9. und 16. Dezember
Haus der VHS
21,60 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Fotografieren und Bearbeiten mit dem Smartphone

Die Handykameras werden immer besser und lösen langsam die Kompaktkameras ab. Fast alle haben mittlerweile ein Smartphone in der Tasche und schießen damit Fotos. In diesem Kurs dreht sich alles um das Fotografieren mit iPhone und Co. und die anschließende Bearbeitung sowie die Möglichkeiten von Fotoverwaltung und Bildverkäufen. Wir lernen in unterschiedlichen Situationen gute Fotos mit dem Smartphone zu machen. Außerdem schauen wir uns verschiedene Apps zum Fotografieren, zur Bildbearbeitung und dem Teilen von Bildern an. Das Seminar teilt sich in drei Abschnitte:

- Crashkurs Handyfotografie, Vorstellung von verschiedenen Apps
- Gemeinsamer Fotowalk durch Hannover-Linden
- Bildbearbeitung und Upload

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, mitzubringen ist ein Smartphone mit Kamera. Der Kurs richtet sich vorrangig an iPhone-Nutzende, aber auch Androiden sind herzlich willkommen. Für bestimmte Apps können zusätzliche Kosten anfallen.

88021P8

Ole Spata (Fotojournalist)
Mittwoch, 18.30 – 20.45 Uhr, 3 Ustd.
14. Oktober
Samstag, 11 – 15.15 Uhr, 5 Ustd. (incl. Pause)
18. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
25,10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

88022P8

Ole Spata (Fotojournalist)
Freitag, 18.30 – 20.45 Uhr, 3 Ustd.
20. November
Samstag, 11 – 15.15 Uhr, 5 Ustd. (incl. Pause)
21. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
25,10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Portraits mit natürlichem Licht

Was brauche ich eigentlich um gute Porträts zu fotografieren?
Viele Menschen überhäufen sich mit Technik, dabei ist es möglich mit ein paar einfachen Tricks mit natürlichem Licht und ganz einfachen Hilfsmitteln wunderschönes Licht zu zaubern. Zudem bieten Orte außerhalb des Studios oft mehr Inspiration.
Dieser Kurs richtet sich deshalb an alle, die Lust haben, Menschen in natürlicher Umgebung und mit natürlichem Licht zu porträtieren.
Nach einer Einführung werden wir gemeinsam draußen an einer besonderen Location fotografieren. Weil es bei Porträtfotografie immer um die Beziehung oder den Moment zwischen der fotografierenden und der fotografierten Person geht, werden wir uns gegenseitig fotografieren. So können alle auch einmal in die Rolle des/der Fotografierten schlüpfen um zu erfahren, welche Anweisungen wie leicht oder schwer umsetzbar sind.
Im Anschluss werden wir die Ergebnisse zusammen besprechen, die Bilder mit einfachen aber wirkungsvollen Mitteln bearbeiten und auf CD brennen. So können am Ende des Kurses auch ein paar schöne Bilder mit nach Hause genommen werden. Kursteilnehmende sollten eine digitale Spiegelreflexkamera mitbringen, wenn vorhanden mit unterschiedlichen Objektiven. Wer einen Laptop mit Lightroom oder ähnlichen Bildbearbeitungsprogrammen hat, darf ihn gerne mitbringen. Und wer sonst noch Technik, Hilfsmittel oder Ideen hat, die er/sie zusammen ausprobieren möchte, ist natürlich auch herzlich eingeladen diese mitzubringen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eventuelle Fahrtkosten sind selbst zu tragen.
Marlena Waldthausen arbeitet als freie Fotografin und studiert an der Hochschule Hannover Fotojournalismus und Dokumentarfotografie.

88023P8

Marlena Waldthausen
Samstag, 13 – 16 Uhr, 4 Ustd.
Sonntag, 9.30 – 16 Uhr, Fotospaziergang und Bearbeitung, 8 Ustd. (mit Pause)
19. – 20. September
VHS Büssingweg 9
32,50 € + 15,50 € Zusatzkosten

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Tier-Fotografie im Zoo Hannover

Welches sind sinnvolle Herangehensweisen für Tierfotografie? Was braucht man, um schöne Tierporträts zu erstellen? Wie fotografiert man Tiere in Bewegung? Mit diesen und vielen anderen Fragen beschäftigt sich der Fotokurs im Zoo Hannover. Die über 2.200 Tierarten, eingebettet in ein schönes Ambiente, bieten eine Vielzahl an Fotomotiven und fotografischen Herausforderungen.
Der Samstag startet mit einem Theorieteil. Hier werden ausführlich die Kameraeinstellungen besprochen – Blende, Verschlusszeit, ISO. Weg von den Motivprogrammen und Automatiken, hin zu kreativer Fotografie. Anschließend folgt der Praxisteil mit einem Rundgang durch den Zoo Hannover. Hier werden aufkommende Fragen bezüglich Motivfindung, Bildgestaltung und Technik beantwortet und Hilfestellung geleistet.
Eine Bildbesprechung am Sonntag rundet dann das Fotowochenende ab. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, einige der entstandenen Fotos zu präsentieren, um auch in der Ergebnisbetrachtung noch weitere Anregungen oder Tipps und Tricks zu bekommen.
Angelika Zwick ist als freie Fotografin tätig in der Sport- und Presse- sowie Konzert- und Theaterfotografie. Seit 2012 ist sie als Dozentin für Fotoworkshops und -reisen unterwegs.
Dominique Leppin arbeitet seit 1999 als freiberuflicher Fotograf in den Bereichen Presse-, Reportage- und PR-Fotografie. Seit 2010 ist er als freier Dozent im Bereich Fotografie tätig.

88025P8
Angelika Zwick, Dominique Leppin
Samstag, 9 – 18.30 Uhr, 11 Ustd. (mit Pause)
Sonntag, 9 – 11.15 Uhr, 3 Ustd.
26./27. September
Haus der VHS
49 € + 7 € Bearbeitungsentgelt
eventuelle Fahrtkosten und Eintrittsgelder sind selbst zu tragen

KUNST IN AKTION

Spiel einer professionellen Maske

Masken sind sehr ausdrucksstark und faszinierend. Ihr Spiel fordert viel Körpereinsatz, da beim Maskenspiel der ganze Körper spricht. Beim Kennenlernen einer Maske wird man schnell feststellen, wieviel Eigenleben diese Maske entwickelt, und wie sehr sie dadurch die Spielenden überraschen und im Spiel inspirieren kann.
Zu diesem Kurs bringe ich verschiedene, handgearbeitete Masken mit. Dabei sind sogenannte Vollmasken, die das ganze Gesicht bedenken, und Halbmasken, die den Mund freilassen und dadurch auch verbalen Ausdruck zulassen. Durch spielerische Übungen lernen die Teilnehmenden die Ausdrucksweise, den jeweiligen Charakter und die Möglichkeiten der verschiedenen Masken kennen. Höhepunkt des Workshops werden spielerische Begegnungen zwischen den verschiedenen Masken sein.
Bitte mitbringen: Bequeme, bewegungsfreundliche Kleidung. Ausreichend zu trinken.
Andrea Harmes. Studium der Kunsttherapie an der Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, NL. Ausbildung zur Figurenspielerin am Figurentheaterkolleg Bochum. Seit 2004 Kunst- und Theaterprojekte mit Kindern und Jugendlichen. 2013 Gründung des Figurentheaters Andrea Harmes in Leeuwarden, NL.
www.figurentheater-andreaharmes.nl

33002P8
Andrea Harmes
Freitag, 16 – 19 Uhr, 4 Ustd.
Samstag, 10 – 17.30 Uhr 9 Ustd. (mit Pause)
27./28. November
Haus der VHS
32,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Das lebendige Märchenbuch

Das Märchenbuch als Bühne: Flachfiguren tummeln sich zwischen den Seiten, ein Umblättern zaubert einen dreidimensionalen Wald hervor, der glitzernde Schatz Alibabas rollt funkelnd aus den Buchstaben… Nicht nur Kinder werden verzaubert sein von diesem magischen Buch!
In diesem Workshop geben wir alten, vergessenen Flohmarktbüchern ein neues, aufregendes Innenleben mittels Pop-up-Techniken, Flachfiguren und dekorativen Elementen. Dabei wird in jedem Buch eine Geschichte oder Märchen in ein bespielbares Szenario umgesetzt.
Außer mit dem Bau des Buches setzen wir uns auch mit den erforderlichen Techniken auseinander, um das Buch schön präsentieren und bespielen zu können: erzählen, erschaffen, spielen.
Bitte mitbringen: Kurze Geschichte oder Märchen. Scharfe Nagelschere, gute Papierschere, Lineal, Geodreieck, Cuttermesser, Schneideunterlage, Bleistifte, feine Pinsel, Materialien zur farblichen Gestaltung von Papier (z. B. Bunt- oder Filzstifte), Klebestift.
Infos zur Dozentin siehe Kurs „Spiel einer professionellen Maske“

33003P8
Andrea Harmes
Freitag, 16 – 19 Uhr, 4 Ustd.
Samstag, 10 – 17.30 Uhr 9 Ustd. (mit Pause)
4./5. Dezember
Haus der VHS
32,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Foto: Paula Geyer

Atelierbesuche an drei Abenden

Kunst ist…
zu Besuch bei Kunstschaffenden

Wollten Sie nicht schon immer mal schauen, wie ein Künstler arbeitet? Was heißt es überhaupt, Kunst zu machen? Was kann alles Kunst sein? Hannover hat eine Kunstszene, die sich für Sie öffnet. Sie haben die Chance, an **drei Abenden** Kunstschaffenden in ihren Arbeitsräumen zu begegnen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen.

1. Abend:
Design trifft Kunst –
die Stipendiatin Susann Dietrich
Die junge Künstlerin und Designerin Susann Dietrich arbeitet mit Fotografie und Rauminstallationen, sie schafft Flächen der Betrachtung, die über ein einziges Medium weit hinausgehen. Prismen und Spiegel gehören ebenso zu ihren Mitteln wie „klassische“ Fotografien. Auch organisiert Dietrich „Tischgesellschaften“, ein Erlebnis, an dem wir teilhaben können. Es wird also an diesem Abend eine Kleinigkeit zu Essen geben. Bringen Sie sich gerne Getränke mit. Susann Dietrich hat viele Stipendien gewonnen und residiert zurzeit in der Villa Minimo im Rahmen des einjährigen Nachwuchsstipendiums Niedersachsen.
Es entstehen 5 € Lebensmittelkosten, die vor Ort zu bezahlen sind.
www.artward.de/project/susann-dietrich/
Susann Dietrich (MA, Dipl.-Künstlerin)
Freitag, 17.30 – 21.15 Uhr, 5 Ustd.
18. September
Villa Minimo, Liebigstr. 32 A

2. Abend:
Klang ist Kunst – zu Gast bei Pit Noack
Klang und Tontechnik als Gegenstand künstlerischen Handelns
Pit Noack produziert Klanginstallationen und elektronische Musik: Dabei versteht er Klänge wie skulpturale Elemente, und die zum Abspielen von Klängen notwendige Technik ist nicht bloß Mittel zum Zweck, sondern ein wesentlicher Teil von Prozess und Werk – Er nutzt Kassettenrekorder als Musikinstrumente und baut Installationen aus alten Stereoanlagen.
Es wird viel zu entdecken, zu probieren und zu diskutieren geben!
www.pitnoack.de
Pit Noack (Dipl.-Künstler)
Freitag, , 18.30 – 21.30 Uhr, 4 Ustd.
25. September
Atelier Seestr. 15

3. Abend:
Performance ist Kunst – ein Atelierbesuch bei Lotte Lindner & Till Steinbrenner
Was ist Performance überhaupt? Was macht konzeptionelle Kunst aus? Das Künstlerpaar Lotte Lindner & Till Steinbrenner, vielfach ausgezeichnet und u. a.. Gastprofessoren in München, schafft Räume, in denen eine Aktion ausgeführt wird oder wurde. Und was bleibt den Betrachtenden? Erleben Sie es selbst und gehen Sie den Dialog ein. Erkenntnisräume werden sich auftun.
www.lindner-steinbrenner.com
Lotte Lindner & Till Steinbrenner (Dipl.-Künstler)
Freitag, 16.30 – 19.45 Uhr, 4 Ustd.
9. Oktober
Atelier Voßstr. 31 (Hinterhof)

33004P8
Moderation: **Stephan Kaps, verschiedene KünstlerInnen**
Orte und Termine siehe oben
37,50 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Kunst von Außenseitern – Outsider-Art

Ein Thema, das durch die 55. Biennale Venedig immer mehr in den kulturellen Fokus rückte. Ein Dialog zwischen Künstlern der Avantgarde und Künstlern der Outsider Art entwickelte sich durch die Sprache des Bildes. Schon 1922 erschien das Buch „Bildnerei der Geisteskranken“ des Psychologen und Kunsthistorikers Hans Prinzhorn und stellte damit die erste systematische Recherche über schizophrene Künstler dar.
In diesem Kurs soll nicht nur ein Blick auf die Geschichte der sogenannten Outsider Art geworfen werden, sondern auch Künstler, ihre Kunst und die Institutionen selbst stehen im Fokus. Besuche in Hannover und Braunschweig machen das Thema erlebbar.

33005P8
Lena Lamprecht (B.A. Kunstwissenschaften)
- 1. Termin: Einführung
  Samstag, 17.30 – 19 Uhr, 2 Ustd.
  10. Oktober
  plus zwei weitere Termine nach Absprache
- 2. Termin: Besuch AuE Kreativschule, Atelier Charlotte, Bultstr.9, 4 Ustd.
- 3. Termin: Besuch Geyso20, Geysostr. 19/20, Braunschweig (kostenloser Eintritt)
  Künstleratelier + Ausstellung, 4 Ustd.

Haus der VHS
25 € + € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Vom Vandalismus zur Streetart – werden Sie Teil eines Kunstwerkes

Sind Aufkleber an Ampeln künstlerisch wertvoll? Ist jeder Schriftzug an der Wand gleich Kunst oder Vandalismus? Und was ist Straßenkunst überhaupt? Welche Kriterien gibt es und welche Formen?
In diesem Kurs werden Sie über internationale Streetart im Vergleich zu Hannover informiert. Sie erfahren etwas über die Arbeitsweise und den künstlerischen Ansatz der Streetart-Künstlerin Mansha Friedrich. Im zweiten Teil des Kurses werden Sie dann selbst aktiv und setzen das gerade Erlernte gemeinsam zu einem Gesamtkunstwerk um, welches dann in den öffentlichen Raum gebracht wird. Es entstehen Materialkosten in Höhe von 10 €, die im Kurs erhoben werden.
Mansha Friedrich ist Hannoveraner Künstlerin und vor allem durch ihre Arbeiten mit Wolle bekannt.
Mehr Infos auf *www.mansha.tumblr.com*

33006P8
Mansha Friedrich (Künstlerin)
Samstag, 15 – 18 Uhr, 4 Ustd.
26. September
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
10 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Graffiti

Wilde Zeichen erobern ihre Stadt! In der U-Bahn-Station, auf sämtlichen Fassaden oder Zügen und sogar an Stellen, die unerreichbar zu seien schienen. Doch wer steckt hinter den Zeichen und welche Bedeutung haben diese?
Graffiti erhitzt die Gemüter wie keine andere Kunstform. Ob es sich noch um Schmiererei oder schon um Kunst handelt, lässt sich oft nur sehr schwer definieren.
Mein Name ist Nikolaj Hochhalter und ich bin seit 20 Jahren Graffiti-Sprüher. Anfangs wild und unbedacht entwickelten sich meine Arbeiten auf ein konzeptionelles Niveau, welches die Farb- und Formsprache von Architektur und Landschaft berücksichtigt.
Ich lade Sie herzlich ein Hannovers Stadtbild durch meine Augen zu sehen und bei einer Begehung neu kennenzulernen. Gemeinsam machen wir einen Ausflug in die Graffitiszene und lernen diese Subkultur zu verstehen.
In einer Praxisphase beschäftigen wir uns mit der Verformung von Buchstaben im Entwurf. Dabei probieren wir unterschiedliche Techniken von der ersten Bleistiftlinie bis hin zum vollkolorierten Graffito auf einer Leinwand aus!

33007P8
Nikolaj Hochhalter, M.A.
Freitag, 17 – 20 Uhr, 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 10 – 16.30 Uhr, 2 x 8 Ustd. (mit Pause)
6. – 8. November
Haus der VHS
50 € + 25,50 € Zusatzkosten

Graffiti-Workshop – Ferienangebot für Jugendliche siehe Seite 11

In Kooperation mit dem Kunstverein Hannover

Carte blanche – Treffen Sie eine/n KünstlerIn

Die Herbstausstellung Niedersächsischer Künstler jährt sich zum 87. Mal. Sie bietet einen großen Überblick zeitgenössischer künstlerischer Positionen. Kommen Sie mit uns in die Ausstellung und treffen Sie einen der ausgestellten Kunstschaffenden, um ins Gespräch zu kommen. Wer das seien wird? Lassen Sie sich überraschen.

33008P8
N. N.
Mittwoch, 18 – 20.15 Uhr, 3 Ustd.
30. September
Kunstverein Hannover, Sophienstr. 2
7 €, ermäßigt 5 €, Mitglieder frei

Kunst auf der Festung Wilhelmstein im Steinhuder Meer – DurchBlicke 2015

Die Festungsinsel Wilhelmstein im Steinhuder Meer wird im Sommer zu einem Ort der Kunst. Fünf Gewächshäuser stehen Kunstschaffenden zur Verfügung und dieses Jahr darf die Künstlerin und Designerin Susann Dietrich ihre für diesen Ort geschaffenen Arbeiten präsentieren. Sie haben die Gelegenheit, einen Ausflug zum Steinhuder Meer zu machen und auf dem Wilhelmstein mit Susann Dietrich ins Gespräch zu kommen. Wie hat sie die Gewächshäuser genutzt? Was ist typisch für ihre Arbeitsweise? Wo liegen die Herausforderungen an diesem Ort?
Seien Sie dabei und genießen Sie diesen Tag am Meer, schaffen Sie DurchBlicke.
Die Ausstellung wird vom Verein MeerKunstRaum organisiert.
Fahrtkosten für das Boot zur Insel: 7 €, weitere mögliche Fahrtkosten sind selbst zu tragen.
Moderation: Stephan Kaps

33009P8
Susann Dietrich
Samstag, 14 – 17 Uhr, 3 Ustd. (incl. Überfahrt)
19. September
Festung Wilhelmstein, Steinhuder Meer
Treffpunkt: 14 Uhr Touristeninfo (Ratskeller) Steinhude
7,50 € + 14 € Zusatzkosten

JETZT ANMELDEN!

- mit den Anmeldeseiten, die Sie im hinteren Teil dieses Programms finden
- einfach formlos per Postkarte oder Brief an die VHS, Burgstraße 14, 30159 Hannover
- telefonisch unter 168-44783, per Fax: 168-41532
- sowie per E-Mail: info@vhs-hannover.de

www.vhs-hannover.de

FREMDSPRACHEN

VHS INTERNATIONAL	128
GRUNDTVIG LERNPARTNERSCHAFTEN	129
IHR SPRACHEN-TEAM	129
VHS INTERNATIONAL IN EUROPA	130
WORKSHOPS FÜR SPRACHENLEHRKRÄFTE	131
VHS PORTRAITS	132
KULTURWANDLER	134
INTERKULTURELLE BEGEGNUNGEN	136
GEMEINSAMER EUROPÄISCHER REFERENZRAHMEN (GER)	137
ARABISCH	138
CHINESISCH	139
DÄNISCH	141
DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE	142
ENGLISCH	145
FINNISCH	164
FRANZÖSISCH	165
HINDI	171
ITALIENISCH	172
IWRIT (HEBRÄISCH)	176
JAPANISCH	176
KISWAHILI	178
KROATISCH	178
LATEIN	179
NEUGRIECHISCH	179
NIEDERLÄNDISCH	181
NORWEGISCH	182
PERSISCH	182
POLNISCH	183
PORTUGIESISCH	185
RUSSISCH	186
SCHWEDISCH	188
SPANISCH	189
THAILÄNDISCH	195
TÜRKISCH	196
UNGARISCH	197

Foto: © graphicsdeluxe – Fotolia.com

DIE SPRACHEN DER WELT – DIE WELT DER SPRACHEN vhs International

Als vhs International arbeiten die Sprachen-Programmbereiche zusammen: Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch als die Zugpferde, aber auch Arabisch, Dänisch, Griechisch, Japanisch, Niederländisch und 16 weitere Sprachen. Wir orientieren uns am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen, der alle Kompetenzniveaus von Anfänger bis sehr Fortgeschrittene einschließlich der dazugehörigen Prüfungen beschreibt und die lebendige, praxisorientierte Gestaltung unseres Kursangebotes prägt. In allen Sprachen gibt es vergleichbare Lernniveaus, Lernfortschritte sind nachvollziehbar, die Teilnehmenden können ihre eigenen Lernziele selber überprüfen und dadurch effektiver lernen.

Sprachenlernen ist das A und O

Obwohl die ca. 1.000 Kurse in 26 verschiedenen Sprachen mit über 14.000 Kursbesuchern pro Jahr weiterhin den Großteil unserer Arbeit ausmachen, hat vhs International viel mehr zu bieten als „nur" Sprachenunterricht. Hat man früher einen Sprachkurs unabhängig vom gesamten System besucht oder geleitet, schauen wir heute viel mehr über den Tellerrand hinaus. Zahlreiche Workshops mit landeskundlichen und interkulturellen Themen sowie methodisch-didaktische Seminare für Kursleitende begleiten die Sprachkurse. Überdies verstehen wir uns als Lernzentrum für kontinuierliche, grenzüberschreitende Weiterbildung als wesentlichen Bestandteil der beruflichen und persönlichen Qualifizierung.
Mehrsprachigkeit und interkulturelle Kompetenzen sind Schlüsselfähigkeiten in Zeiten der Globalisierung. Mehrsprachigkeit ist sowohl Ziel der Europäischen Union als auch gelebte Wirklichkeit in der Landeshauptstadt Hannover und ihrer Volkshochschule. Menschen aus 173 Ländern leben in Hannover und sprechen 77 verschiedene Muttersprachen. In der VHS lernen jedes Jahr über 3.000 von ihnen Deutsch – bei uns steht der Migrationshintergrund im Vordergrund! Wir unterstützen Einbürgerungswillige durch die erfolgreiche Vorbereitung auf die notwendigen Prüfungen und Tests und tragen so zum Gelingen von Integration bei.

Sprachenlernen ist Miteinandersein

vhs International ist eine Begegnungsstätte für Menschen verschiedenster Nationalitäten, ethnischer und sozialer Herkunft, Kulturen und Religionen und lebt so ein friedliches, demokratisches Miteinander vor. Wer in verschiedenen Sprachgemeinschaften aufgewachsen ist oder lebt, bringt meist soziale Kompetenz und persönliche Erfahrungen mit, die positiv auf die demokratische Entwicklung der weltoffenen Stadt Hannover wirken können.
Dieser potenzielle Nutzen wird jetzt schon von Unternehmen in Hannover als wirtschaftlicher Vorteil erkannt und bewusst gefördert. Menschen mit Migrationshintergrund sind „natürliche" Vermittler und Schlichter zwischen den Kulturen. So wird Integration gelebt.

Sprachendienste

Da, wo es an Sprachenvielfalt fehlt, funktioniert vhs International als Sprachendienstleister und bietet individuelle, maßgeschneiderte Lösungen durch interkulturelles und Mehrsprachigkeitstraining, Beratung und Service bei Auslandsprojekten.

Sprachen machen mobil

Als EU-Bürgerschaftszentrum unterstützt vhs International Projekte und Partnerschaften innerhalb der EU, wirbt aktiv für den europäischen Einigungsprozess und fördert das Bürgerengagement für ein vereintes Europa.

Sprachenkompetenz

Bei allen Sprachen-Aktivitäten bürgt vhs International für Qualität. Viele unserer 230 Kursleitenden sind MuttersprachlerInnen und verfügen über eine pädagogische Ausbildung und/oder langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung. Bei der Auswahl unserer KursleiterInnen achten wir neben der pädagogischen auch auf fachliche und soziale Kompetenz im Rahmen externer und interner Qualitätsstandards. Außerdem führen wir für unsere Lehrkräfte regelmäßig Fortbildungsveranstaltungen und Seminare zu aktuellen pädagogischen und didaktischen Themen durch, und unterstützen sie bei der Antragstellung für ‚Grundtvig' Fortbildungen im europäischen Ausland – dort, wo die von ihnen unterrichtete Sprache zu Hause ist. Ihre Erfahrungen geben sie dann an KollegInnen im Rahmen unserer ‚Workshops für Sprachenlehrkräfte' weiter.

Sprachen verbinden

vhs International engagiert sich für die interkulturelle Verständigung innerhalb Europas mit ‚Grundtvig' Lernpartnerschaften, Workshops, Lehrkraftfortbildungen und Förderung von Lernerreisen im Rahmen des EU Programms Lebenslanges Lernen *(siehe www.na-bibb.de/grundtvig).*

vhs International IN EUROPA

Das Programm **‚Erasmus+‘** der europäischen Union bietet Lernenden und Lehrenden in der Erwachsenbildung viele Möglichkeiten, über den Tellerrand zu schauen und das Lernen und Lehren schöner, reichhaltiger und spannender zu gestalten.
Unser nächstes Projekt ist in der Vorbereitung und soll mit erprobten Partnern aus ganz Europa im Sommer 2016 beginnen. Die wesentlichen Themen setzen die erfolgreiche und freudige Zusammenarbeit in fünf Lernpartnerschaften über die letzten sechs Jahre und beinhalten unter anderem…

…zusammen alle Kräfte einsetzen (Bialystok/Polen, Sommer 2013)

…und bewegende Momente
(Hannover-Polen-Türkei-Italien-Norwegen in Hannover, Sommer 2012)

Mic Hale, Tel. (0511) 168 40239, *mic.hale@hannover-stadt.de*

Diese Projekte werden mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.
Siehe www.na-bibb.de/erasmus_erwachsenenbildung.html für das Gesamtprogramm.

Lifelong Learning Programme

Wir helfen Ihnen gerne weiter!

IHR SPRACHEN-TEAM

E-MAIL international.vhs@hannover-stadt.de

ANGEBOTE MIT KURS-NR. _____N_
Deutsch als Fremdsprache
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG John Nichol
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
TEL 168-44787 **ORT** Raum 123, 1. Etage
STUDIENLEITUNG Christa Padula, Gabriele Linde-Böhnke, Johanna Bolte
SACHBEARBEITERIN Susanne Wittkowski
TEL 168-43231 **ORT** Raum 121, 1. Etage
SACHBEARBEITER René Pöplow

ANGEBOTE MIT KURS-NR. _____L_
Englisch und Bildungsurlaub Englisch
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG Gillian Noble
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
TEL 168-45936 **ORT** Raum 128, 1. Etage
STUDIENLEITUNG Sylke Schmeißing
SACHBEARBEITERIN Marion Mayer
TEL 168-45498 **ORT** Raum 126, 1. Etage

ANGEBOTE MIT KURS-NR. _____F_
Englisch für den Beruf, für Senioren, Prüfungskurse, Firmenschulung, Englisch in den Stadtteilen, Europaprojekte
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG Mic Hale
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
TEL. 168-40239 **ORT** Raum 127, 1. Etage
STUDIENLEITERIN Annakiska Exum-José
SACHBEARBEITERIN Marion Mayer
TEL 168-45498 **ORT** Raum 126, 1. Etage

ANGEBOTE MIT KURS-NR. _____M_
Arabisch, Chinesisch, Hebräisch, Hindi, Iwrit, Japanisch, Kiswahili, Kroatisch, Neugriechisch, Persisch, Polnisch, Russisch, Thailändisch, Türkisch, Ungarisch
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG Mathilde Wasmeier
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
TEL 168-44631 **ORT** Raum E24, Erdgeschoss
STUDIENLEITERIN Lilli Kloninger, Donnerstag, 16 – 18 Uhr
SACHBEARBEITERIN Marion Mayer
TEL 168-45498 **ORT** Raum 126, 1. Etage

ANGEBOTE MIT KURS-NR. _____C_
Französisch, Italienisch, Niederländisch
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG Anne Guilaine André
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
TEL 168-43475 **ORT** Raum 125, 1. Etage
STUDIENLEITUNG
Französisch: Nicole Landmann, Donnerstag, 16 – 18 Uhr
Italienisch: Claudia Haase, Dienstag, 16 – 18 Uhr
SACHBEARBEITERIN Michaela Rybka
TEL 168-44790 **ORT** Raum 126, 1. Etage

ANGEBOTE MIT KURS-NR. _____Y_
Dänisch, Finnisch, Latein, Norwegisch, Portugiesisch, Schwedisch, Spanisch
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG Iris Grallert
Dienstag , 12 – 13 Uhr + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
TEL 168-46858 **ORT** Raum 129, 1. Etage
STUDIENLEITUNG
Nordische Sprachen: Bente Liedtke
Portugiesisch, Spanisch: Sierra Romero, Dienstag, 10 – 12 Uhr
SACHBEARBEITERIN Michaela Rybka
TEL 168-44790 **ORT** Raum 126, 1. Etage

VHS INTERNATIONAL IN EUROPA

Grundtvig Lernpartnerschaft ‚Celebrations'
https://celebratorylinks.wordpress.com
Kontakt: Mic Hale, Tel. 168 40239, *mic.hale@hannover-stadt.de*

Impressionen der Reise nach **Bishops Castle/GB im Februar 2015**, wo die Hannover Celebrators ‚eine kleine Feier' zum hiesigen Kulturfest beigetragen haben.

‚Eine kleine Feier' in The Three Tuns Pub: Hannöverscher Türsteher, Gast, ‚Miss-Stress of Ceremonies'

Freunde aus England, Polen, der Tschechischen Republik und Hannover

Kreistanz der Nationen

…und zum Schluss die berühmte englische Teatime zu Hause bei den Whateleys – Danke für die großartige Gastfreundschaft!

Fotocollage von bisherigen Partnertreffs, in PL, CZ, D als Puzzle

WORKSHOPS FÜR SPRACHENLEHRKRÄFTE

Als VHS-Sprachkursleiterinnen oder -Kursleiter verfügen Sie, in der Regel, über eine pädagogische Ausbildung und/oder langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung. Viele von Ihnen sind MuttersprachlerInnen. Sie sind das entscheidende Bindeglied zwischen der Institution VHS mit ihrem Prinzip des lebenslangen Lernens und unseren über 12.000 SprachenlernerInnen pro Jahr; denn Sie strukturieren unmittelbar den Lernprozess in jedem einzelnen Kurs und in jeder einzelnen Veranstaltung.
Der Sprachenbereich möchte Sie mit dieser Workshopreihe zu aktuellen pädagogischen und didaktischen Themen unterstützen. Denn nur wer sich als KursleiterIn fachlich auf dem Laufenden hält, kann den Erwartungen der VHS entsprechen und im Sinne unseres Leitbildes und unserer Qualitätsentwicklung agieren.
Diese Fortbildungsseminare haben alle „Workshop" Charakter, d. h. Sie werden aktiv in das Geschehen mit einbezogen und können sich mit KollegInnen austauschen.
Einige unserer Workshops finden in Zusammenarbeit und mit der freundlichen Unterstützung der großen Sprachenverlage.
Alle Referentinnen unterrichten an einer VHS und sind darüber hinaus qualifiziert und erfahren in Mitarbeiterfortbildung. Sie führen ihre Seminare in ihrer jeweiligen Muttersprache bzw. Unterrichtssprache durch; die Teilnahme ist für alle unsere Sprachen-KursleiterInnen offen.
Sie sind herzlich willkommen.
Die Workshops finden in der Regel am Freitagnachmittag in der VHS statt.

In Zusammenarbeit mit dem Hueber Verlag
Für Kursleitende in den Sprachen Französisch, Spanisch, Italienisch und Englisch

Wiederholungsstrategien im Fremdsprachenunterricht auf dem Niveau A1 – ein Intermezzo

Der wichtigste Punkt beim Lernen von Sprachen ist, immer am Ball zu bleiben: Täglich eine Viertelstunde lernen bewirkt Wunder für den Lernerfolg. Langfristige Lernpausen sollten vermieden werden, aber die Realität ist oft anders. Also was tun, wenn man die Kenntnisse erst festigen oder reaktivieren möchte? In diesem Workshop wird gezeigt, wie Sie mit Ihren Teilnehmern für Französisch, Spanisch, Italienisch oder Englisch in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß das Hören, das Lesen, das Schreiben und vor allem das Sprechen trainieren können. Ziel ist es, die notwendige Sicherheit zu erwerben, um mit Muttersprachlern bereits auf A1-Niveau erfolgreich zu kommunizieren und die Grundlage zu legen, erfolgreich und ohne große Defizite in die A2-Stufe des Referenzrahmens einzusteigen.
Beispiele aus Intermezzo. Sprachübergreifend, auf Deutsch gehalten.

70001C0
Ilenia Faroldi
Freitag, 14 – 16.30 Uhr
20. November
Haus der VHS
gebührenfrei

In Kooperation mit dem Pearson Verlag
Workshop für KursleiterInnen

Your very own digital toolkit!

Interactive whiteboard software in the classroom
Come and find out how Pearson's easy-to-use interactive whiteboard software (also usable with a laptop and data projector) can be your comprehensive, lively and engaging toolkit for general English and exam preparation courses. Find out how to display texts, pictures, audio and video, do exercises, insert notes and links. It's hands-on – just a few touches for a lasting effect.

70003L0
Patricia Sift, ELT Consultant Pearson
Freitag, 14.30 – 16.30 Uhr
27. November
Haus der VHS
gebührenfrei

Workshop for teachers of English using standard course books such as Next, Cutting Edge and Headway

Close your books!

No doubt about it, today's course books are better than ever: designed for steady and logical progression with cumulative vocabulary development, packed with illuminating explanations, well-written texts, clear and constructive exercises, stimulating suggestions for practice and oodles of online backup … in fact, they're so good that one could run the entire course just from the book. Moreover, many learners are happiest and most satisfied with their course and their teacher when they're 'sticking to the book'.
The downside may be, however, that learners are lured by the security and certainty that they offer into a routine of 'working through the book' rather than taking risks in the hurly-burly of communicative activities that we as teachers know is the best preparation for real-life language encounters.
So how to tempt these learners, who may be perfectly content and see no need to change, away from the page, out of their comfort zones and into active chat? That is the question – and we shall explore and discuss some possible answers.
Bring your current course books and see how to squeeze lots of talking out of the driest gap-filling or matching exercise.

70002F0
Mic Hale
Samstag, 10.30 – 16 Uhr
19. September
Haus der VHS
gebührenfrei

VHS PORTRAITS

Wir stellen auf dieser Seite KollegInnen und TeilnehmerInnen vor, die im Bereich Fremdsprachen unterrichten und lernen.

Maria Chrysanthou
Never too late for new beginnings

Making new beginnings can be refreshing, exciting and challenging. Making a new beginning at fifty can, however, be a bit frightening too. But then, just like beauty is in the eyes of the beholder, age can perhaps be all in the mind. So I personally convinced myself that if in the early 20th century an American psychologist talked about Life Beginning at Forty then in the early 21st century it is only natural that life should begin at fifty!

After completing a BA in History and Politics and then an MA in Middle East Politics in the UK, I returned home, to my little troubled island in the eastern corner of the Mediterranean, Cyprus. There I worked for the most part as a journalist and for the past 10 years as a teacher of History, English and Greek to young Cypriot teenagers as well as immigrants seeking a new life in Cyprus. Travelling, either for professional or personal reasons and seeking new experiences always remained a passion and very much part of my life.

The more I travelled and the more I met people from different parts of the world, the more I realized how much we all have in common despite ethnic, cultural, religious or life-style differences: everyday life worries; the need to smile, to share a joke; to dream and to enjoy the simple pleasures of life. Yet, I had never really attempted to live in another country, with the exception of my university years in the UK. Cyprus had always been my base from where my travels would start and where my travels would end. Life is however unpredictable and that is where its beauty lies! So, some eight months before my 50th birthday I found myself packing suitcases (actually just one) and flying to Hannover… for reasons of the heart.

Hannover has so far been good to me… despite its often gloomy weather. The friendly smiles of the people at VHS, both staff and students, have certainly brightened up my days and have helped me feel very welcome here. Teaching English to adults is both fun and rewarding and has given me the opportunity to make my first friends here. My only problem still remains "Deutsch zu lernen", but I hope that "langsam-langsam" I will manage that as well and prove that it is never too late to teach an old dog… new languages.

Cédric Payri
Entre l'art et l'enseignement

Bonjour! Je m'appelle Cédric Payri et je suis très content de faire ici ma première présentation. Je viens du Sud-Ouest de la France, de la région de Toulouse et c'est après un détour par la Suisse et le Sud de l'Allemagne que je suis arrivé à Hanovre.
En fait, ceci n'est pas vraiment un hasard. Depuis toujours intéressé par les langues – et donc les cultures étrangères, j'en ai appris un certain nombre à l'école (espagnol, italien, anglais) avant d'en apprendre d'autres au cours de longs voyages qui m'ont amené de l'Angleterre au Brésil en passant par le Portugal. Celui qui m'a amené en Allemagne est toujours en cours.
L'aura culturelle de Berlin (j'ai aussi un parcours universitaire en Art et suis dessinateur et peintre) m'a fait tourner le regard vers l'Allemagne, ce grand voisin méconnu. J'en ai profité pour commencer des études en pédagogie du français langue étrangère.
Je vis maintenant depuis deux ans en Allemagne et je m'y trouve très bien. Là, je peux développer mes deux activités favorites: le partage des cultures et des langues ainsi que le dessin et la peinture.
Ma conception de l'enseignement: curiosité, enthousiasme et créativité! Avec humour et bonne humeur, j'essaie de casser des cadres trop rigides, de stimuler la curiosité et la conversation en apportant des éléments de la culture de mon pays dans le cours, tout en assurant les structures nécessaires à la maîtrise de la langue. (Eh oui, la grammaire et l'étymologie des mots, en plus d'être nécessaires, peuvent s'avérer passionnantes!). En parallèle à la VHS, je donne des cours de conversation à l'université. Gourmand de défis et d'expériences nouvelles, je suis aussi modérateur depuis un an dans un cours de français juridique à l'université – une matière nouvelle pour moi. Comme vous le voyez, on apprend toujours!
Je me réjouis de vous rencontrer au détour d'un cours …
ou d'une exposition, à bientôt!

Chisako Kusube
Is Japanese easy or difficult?

Konnichiwa, Minasan!
= Hello, everybody.

I started giving Japanese courses at the VHS Hannover in February, and this is the question I ask myself very often: Is Japanese easy? Or is it extremely difficult?

Please try the following questions:

[1] What does not exist in Japanese grammar?
a) articles
b) word order
c) conjugation of verbs according to the subject
d) difference between singular and plural in nouns

The answer is 'none of them exists.' (Actually there is a basic word order, but it is still very much more flexible than that in Indo-European languages.) So in a way you could say, 'Hey, there is almost no grammar in Japanese!' compared to German. In this sense Japanese is VERY simple. (Might this help you to understand why all Japanese speak "kaputt" German?)

[2] Which element of sentence is often omitted in Japanese?
a) subject b) object c) predicate

The answer is a). Here comes the ambiguity of Japanese, which makes learning it a bit more complicated. Very often the subject is not explicitly mentioned, and you are supposed to assume who or what the subject is according to the level of politeness of the sentence. A certain level of ability to read between the lines or 'Küki wo yomu' (= 'reading the air' in Japanese) is required here. (But, of course, there are ways of assuming subjects analytically, too. Please do not be terrified!)

[3] How many letters/characters do you need to know to be able to read a Japanese newspaper?
a) 26 b) 250 c) 2200

The notorious Japanese writing system…. 2136 is the number of Chinese characters ordinary Japanese are supposed to master by the time they finish school, plus two alphabets of about 50 letters each. Oh, wait! Don't give up on your trip to Japan yet! There are always Roman letters added to Japanese signposts in town. Always? Well… often, or probably, with wishful thinking!

So all things considered I would say Japanese is rather simple and easy to begin with, especially spoken Japanese, and gets more and more complicated, unfortunately, as you go deeper and deeper. So it is my great honour to be able to accompany the courageous learners on their journey to mastering Japanese. In other words, my job is to find an easier and safer path for the learners to walk on.

Well, let me talk a little about myself, too. I was born and grew up in western Japan, majored in English and worked as an English teacher for about 20 years in Tokyo. I met a wonderfully inspiring professor at the university →

→ who wanted a revolution in language teaching, and since then this topic has been my main interest and joy. After some years of working in schools I did a master's course in TESOL (Teaching English to Speakers of Other Languages), and started to get more involved in training teachers during my last ten years in Japan. I moved into Germany in 2009, looking forward to meeting as yet unknown teaching methods.

I have taught many different levels of learners; elementary school kids, junior high & high school pupils, university students and English teachers, all of which I thoroughly enjoyed. While teaching little children you should offer them a situation where they can purely immerse themselves in the sound and rhythm of the language with lots of dynamic and playful elements, while with adults and young adults you can introduce more demanding and serious issues such as discussing world conflicts and poverty, etc. All are exciting and equally challenging to my eyes.

At the moment the challenge for me is teaching Japanese, my mother tongue. I'm tackling it with all my might, applying what background experience I have in the field of English teaching. I'm enjoying it very much, and I do hope the participants are also having fun with me!

Kursportrait
Spanisch B1 Standard II

Somos un grupo de cerca 15 estudiantes de español B1 muy abierto, en el que aprenden personas de todas las edades y diferentes nacionalidades. Muchos nos conocemos desde hace 3 años otros desde hace 3 meses pero la átmosfera en el curso es agradable y relajada. Reímos mucho y también cocinamos juntos recetas españolas.
Además la profesora es muy simpática, competente y el español es su idioma nativo.

Es genial que sea por la tarde. Si quieres aprender español, nos encantará conocerte. Nos vemos en el curso!

KULTURWANDLER

Eine Veranstaltungsreihe über die Heimatländer unserer SprachenkursleiterInnen und TeilnehmerInnen

Sizilianische Impressionen (aus der Sicht zweier Sizilianerinnen)

Waren Sie schon auf Sizilien? Wenn ja, wie war Ihr Eindruck? Was fällt Ihnen als Erstes dazu ein? Dass die Sizilianer absolut chaotisch fahren und in zweiter und dritter Reihe parken? Es stimmt! Dass sie sich nicht ordentlich anstellen können? Absolut richtig! Dass sie laut sind? Ohne Zweifel! Dass alle eine dunkle Sonnenbrille tragen? Meistens! Und dass die Kinder zu spät ins Bett gehen? Auch wahr!
Oder fallen Ihnen als Erstes der tolle Duft und die Wärme ein, wenn Sie aus dem Flugzeug aussteigen? Und der wild wachsende Oleander auf der Autobahn? Vielleicht die vielfältigen Landschaften und das smaragdgrüne Meer? Die freundlichen und aufgeschlossenen Leute, die gutgelaunt auf Sie zukommen? Und der Verkäufer am bunten Markt in Palermo, der die Mispeln und Maulbeeren anpreist und Ihnen zum Kosten anbietet? All das ist Sizilien!
Wir nehmen Sie an diesem Abend in unsere Heimat kurz mit und zeigen Ihnen einige Impressionen aus unseren Reisen der letzten Jahre. Kein Vortrag über Sizilien, sondern Eindrücke und Kurzgeschichten aus einer faszinierenden Insel! *Benvenuti!*

74102C8
Giulia Sesti-Emmeluth
in Kooperation mit **Rosa Pipitone**
von der VHS Hameln-Pyrmont
Freitag, 17 – 18.30 Uhr
13. November
Haus der VHS
5 €

Foto: © Rosa Pipitone

Des notes et des mots

Edith Piaf! Jacques Brel! Das sind die Stars des französischen Chanson längst vergangener Zeiten. Aber was tut sich in der Szene heute? Ist das Chanson noch lebendig? Besingen die Franzosen immer nur die Liebe? Romantisch, politisch, witzig – das heutige Chanson hat viele Gesichter! Wieso verändert sich die Umgebung so merkwürdig nach ein paar Erdbeerwodka? Wie viel Kaffee ist gut für den Büromenschen? Ist lügen wirklich so schlimm? Heute Abend erfahren wir die Antworten und können uns vergewissern, dass das Chanson nicht entstaubt werden muss.
Die gebürtige Französin und Wahlhannoveranerin Emmanuelle Aupest lädt zu einem Hörspaziergang durch die jüngere Chanson-Geschichte mit viel Musik und Hintergrundinformationen ein.

Die Veranstaltung findet in der Lindener Gastronomie **„Die WASCHweiber“** statt, wo französisch angehauchte Spezialitäten und Getränke zu günstigen Preisen angeboten werden. Auf einen interessanten Abend mit Musik und Genuss!

73101C8
Emmanuelle Aupest
Mittwoch, 18.30 – 20.45 Uhr
14. Oktober
WASCHweiber, Limmerstraße 1
(direkt an der Haltestelle Küchengarten)
5 €

My South Africa

Shauna Elkin-Held has been a teacher of English at the VHS since 2010. Originally from Cape Town in South Africa, Shauna came to Hannover in 1992. As a trained opera singer, she has sung in opera houses throughout Germany and Austria. As a skilled teacher of English she has worked for the VHS as well as other private institutions and schools in the Hannover area.

“I was born in Cape Town on 14th February 1965. I was at university when the battle for freedom from the Apartheid Regime was at its peak. When I came to Germany in 1992 I was surprised to find out how many people could not understand that I was a “white South African”. Some people even asked if I had a lion in my front garden. I remember going with my friends to Hamburg to vote for a new government. Times of change in South Africa were very similar to the changes in Germany. Nelson Mandela and the fall of the wall between East and West Germany, I think there are so many parallels. The challenges people face after such different life experiences. The gap between the older and younger generation and the generation caught in the middle. So much has happened in the last 22 years, since I left Cape Town and came to Hannover. I have made a new life here but I still have very strong ties to South Africa and have stayed in touch with the changes and attitudes. It is a wonderful country with lots to see and tell. I look forward to telling you more…”

72240L8
Shauna Elkin-Held
Dienstag, 19 – 21.30 Uhr
13. Oktober
Haus der VHS
5 €

Portugal – das Land der Sehnsucht

Madalena Farmhouse Bizarro ist Portugiesin aus Lissabon. Dort hat sie Germanistik, Anglistik und später das Lehren von Portugiesisch als Fremdsprache studiert. Vor fünf Jahren hat sie angefangen, Portugiesisch und Englisch zu unterrichten. Ihre Arbeit und das Interesse an anderen Kulturen hat sie zum Leben und Arbeiten nach England, China und Deutschland geführt. Seit 2014 wohnt sie in Hannover und unterrichtet unter anderem an der VHS Englisch und Portugiesisch.
„Tausende Kilometer Küste, darunter die sonnigen Strände der Algarve und gute Surfgebiete, die Hauptstadt Lissabon und die Portweinstadt Porto – die atemberaubende Landschaft und aufregende Geschichte machen Portugal zu einem Traumziel. In dieser Veranstaltung möchte ich mit Ihnen die Wunder meiner Heimat teilen: Wie ist der Fado, immaterielles Kulturerbe der UNESCO zu verstehen? Welche Weinspezialitäten passen zu welchen Anlässen und welche Spezialitäten sollten sie unbedingt probieren? Welche Sehenswürdigkeiten sind (auch) bei Einheimischen beliebt? Ich möchte Ihnen den portugiesischen Charakter anhand von Literatur und Geschichte näherbringen. Die Insidertipps fürs Nachtleben in Lissabon dürfen dabei natürlich nicht fehlen.
Kommen sie mit und lassen sie sich von Portugal verzaubern!“

78001Y8
Madalena Farmhouse Bizarro
Freitag, 18 – 20.30 Uhr
9. Oktober
Haus der VHS
5 €

Foto: © Madalena Farmhouse Bizarro

Foto: © Maria Chrysanthou

My Cyprus

In ancient times Aphrodite, the Greek goddess of beauty and love chose it as her birthplace, just like millions from all over the world choose it today as their holiday destination to enjoy the sun and the sea. Cyprus' history has not been carefree or easy however. It has been marked by a lot of hardship and pain. In recent times, however, and despite the problems arising as a result of the wider European economic crisis, there are reasons to believe that a better future awaits just around the corner.
“Join me this evening for my talk on Cyprus - more than a holiday island. It gets its name from the ancient Sumerian word for copper (zubar or Kupar) because of the abundance of the precious metal. At the crossroads of three continents, Cyprus has been the battlefield of many ancient and more modern powers for economic and strategic reasons. The influence of the many conquerors is still visible in its historic monuments, its civilization and its culture. Ancient Greek and Roman temples and amphitheatres, medieval castles and forts, Byzantine monasteries and churches and Ottoman mosques, hans and hamams form the multicultural mosaic of Cyprus' scenery.
Cyprus became an independent state comprising the Greek Cypriot and Turkish Cypriot communities only in 1960. The Cyprus Republic in its original form was short-lived, however. In 1963 bi-communal strife separated the two communities and since the 1974 Turkish invasion of the island Cyprus has almost literally been cut in two. This division is perhaps the only striking similarity that Cyprus shares with Germany.
Barbed wire still cuts its capital, Nicosia, in two, just like the wall used to cut Berlin in two and it is interesting that right next to the check point there is a kebab house called “Berlin 2”.
Brave people from both communities, however, have been striving for decades against the forces of nationalism and bigotry for rapprochement and for the creation of an environment for future reunification and peace. Recent developments give hope for a solution to what came to be known as the Cyprus problem, safeguarding security and freedom for all the inhabitants of the island irrespective of ethnic origin or religion.
To me Cyprus is home: A very sunny and loving home where my family and my friends live. It doesn't share much in common with Germany, but then there are no shocking differences either. I may not have found enough sun in Hannover, but I have certainly found enough warmth from the people I have so far met to make up for that.”

72241L8
Maria Chrysanthou
Dienstag, 19 – 21.30 Uhr
17. November
Haus der VHS
5 €

INTERKULTURELLE BEGEGNUNGEN

Sprachen und Sprachenlernen schaffen den Zugang zu interkultureller Verständigung. Sie ermöglichen überhaupt erst die Begegnung und Auseinandersetzung mit Menschen anderer Kulturen und die Verarbeitung der gegenseitigen Erfahrungen.
Wir ergänzen deshalb unser Sprachenangebot mit Veranstaltungen unterschiedlicher Art, die zum Verständnis fremder Kulturen im Sinne einer interkulturellen Begegnung beitragen:

Wochenendveranstaltung
Französisch für die Reise siehe Seite 166

Workshop
Le français par le théâtre siehe Seite 166

Wochenendveranstaltung
Ça, c'est Paris! siehe Seite 166

Einzelveranstaltung
Französische Buchmesse siehe Seite 168

Wochenendveranstaltung
Italienisch für die Reise siehe Seite 173

Einzelveranstaltung
Sizilianische Impressionen siehe Seite 134

Wochenendveranstaltung
Reiseroute durch Italien siehe Seite 173

Abendveranstaltung
Kochkurs Pasta fatta in casa siehe Seite 92

Einzelveranstaltung
Des notes et des mots siehe Seite 134

Wochenendveranstaltung
Spanisch für die Reise siehe Seite 190

Kurs
Spanisch für den Urlaub siehe Seite 190

Abendveranstaltung
Tapaskultur auf spanisch! – „Cocinar juntos y disfrutarlo en español!" siehe Seite 91

Einzelveranstaltung
Kochkurs Español con „SABOR" siehe Seite 191

Veranstaltungsreihe
English Extra siehe Seite 146

Abendveranstaltung
Kochkurs GoVegan! A vegan cooking class in english siehe Seite 90

Einzelveranstaltung
My South Africa siehe Seite 134

Einzelveranstaltung
My Cyprus siehe Seite 135

Einzelveranstaltung
Portugal – Land der Sehnsucht siehe Seite 135

Tagesveranstaltung
Schnupperstunde Arabisch siehe Seite 138

Tagesveranstaltung
Japan und Japanisch siehe Seite 176

Tagesveranstaltung
Kiswahili und Ostafrika siehe Seite 178

→ **Afrikanische Heilweisen** siehe Seite 70

→ **Traditionelle Chinesische Medizin** siehe Seite 69 f

VERANSTALTUNGEN MIT UNSEREN KOOPERATIONSPARTNERN

In Zusammenarbeit mit der Deutsch-Chinesischen Gesellschaft e. V.
Begegnungen mit China siehe Seite 140

In Zusammenarbeit mit der Deutsch-Griechischen Gesellschaft e. V.
Begegnungen mit Griechenland siehe Seite 180

In Zusammenarbeit mit der Deutsch-Indischen Gesellschaft e. V., Zweiggesellschaft Hannover
Begegnungen mit Indien siehe Seite 171

In Zusammenarbeit mit der Fähre e. V.
Begegnungen mit Russland siehe Seite 186

Xpert Interkulturelle Kompetenz, Culture Communication Skills
Module Basic, Professional und Master
siehe Seite 53

Foto: © asrawolf – Fotolia.com

GEMEINSAMER EUROPÄISCHER REFERENZRAHMEN (GER)

Das Kurssystem unseres Fremdsprachenangebots richtet sich nach dem vom Europarat entwickelten gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen. Diese sechsstufige, europaweit gültige Skala beschreibt, welche Fertigkeiten ein/e KursteilnehmerIn in der jeweiligen Stufe erwirbt. Oberstes Lernziel in diesen Beschreibungen wie auch in unseren Kursen ist die Kommunikationsfähigkeit. Die folgenden Stufenbeschreibungen können Ihnen nützliche Hinweise geben, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Sie sollten aber auf jeden Fall von unserem kostenlosen Beratungsangebot Gebrauch machen. Wir sind für Sie da!

Globale Beschreibung der Sprachkompetenz

C2

Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.

↑

C1

Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

↑

B2

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

↑

B1

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

↑

A2

Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung.) Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

↑

A1

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

↑ **Kompetenzstufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens**

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Arabisch, Chinesisch, Hebräisch, Farsi, Hindi, Iwrit, Japanisch, Kiswahili, Kroatisch, Neugriechisch, Persisch, Polnisch, Russisch, Thailändisch, Türkisch, Ungarisch

Mathilde Wasmeier
SPRECHSTUNDEN Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
(außer in den Schulferien)
TEL 168-44631 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum E 24, Erdgeschoss
E-MAIL mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Marion Mayer
TEL 168-45498 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 126, 1. Etage
E-MAIL marion.mayer@hannover-stadt.de

ARABISCH

Arabisch gehört zum semitischen Zweig der afro-asiatischen Sprachfamilie. Die einzelnen arabischen Dialekte werden weltweit von etwa 250 Millionen Menschen gesprochen – auf der arabischen Halbinsel, im Irak, in den Ländern des südöstlichen Mittelmeers (Libyen, Ägypten) und im Maghreb (von Tunesien bis Mauretanien). Damit gehört Arabisch zu den verbreitetsten Sprachen in der Welt. Sie ist zudem eine der sechs offiziellen Sprachen der Vereinten Nationen. *(Siehe Wikipedia)*

Arabisch-Schnupperstunde

Wir laden Sie ein zu einer „Schnupperstunde“ in der arabischen Sprache. Frau Hala Abdulhafiz möchte Ihnen gerne diese Sprache näher bringen und freut sich darauf, Ihre Fragen zu beantworten. Bitte melden Sie sich zu dieser entgeltfreien Veranstaltung an.

78002M8
Hala Abdulhafiz
Dienstag, 18 – 20 Uhr, 1 x 2 Zstd.
8. September
Haus der VHS

A1 Arabisch in 24 Stunden

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen an vier Sonnabenden die Möglichkeit dazu und setzt keine Kenntnisse der arabischen Sprache voraus. Bei entsprechendem Interesse kann ein Folgekurs angeboten werden.

→

→

78004M8
Faten Ghazal
Samstag, 9.30 – 15.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
7. – 28. November, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 5,50 € Zusatzkosten

A1 Grundlagen der arabischen Sprache

In diesem Kurs wird vor allem die Struktur der arabischen Schrift, die Vokalisation der kurzen Vokale gelehrt und einfache Grundlagen der Satzstruktur vermittelt. Übungen zum Lesen und Schreiben geben Ihnen Gelegenheit, das Erlernte anzuwenden.

78006M8
Hala Abdulhafiz
Dienstag, 17 – 20.15 Uhr, 5 x 4 Ustd.
3. November – 1. Dezember
Haus der VHS
56 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Unterwegs in arabischen Ländern

Wollen Sie Ihren Urlaub in einem arabischsprachigen Land verbringen? Dieser Kurs soll Sie darauf vorbereiten. Sie lernen, typische Urlaubs- situationen wie zum Beispiel im Hotel, am Frühstückstisch, am Strand, beim Einkaufen etc. zu bewältigen. Nützliche Ausdrücke und Redewendungen verbunden mit landeskundlichen Informationen werden auch vermittelt. Vorkenntnisse in der arabischen Sprache werden nicht vorausgesetzt.

78009M8
Hala Abdulhafiz
Samstag und Sonntag, 10 – 13 Uhr, 4 x 4 Ustd.
23./24. und 30./31. Januar 2016
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
44,80 € + 5,50 € Zusatzkosten

ARABISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.
Lehrbuch: „Salam! neu Arabisch für Anfänger“
Klett Verlag 978-3-12-528835-5

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Das Lehrwerk bitte nicht vor Kursbeginn erwerben.

78019M8
Hala Abdulhafiz
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

→

→

… Folgekurs Arabisch 2. Semester 78012M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78022M8
Hala Abdulhafiz
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Arabisch 3. Semester 78013M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 7 – 8

78026M8
Faten Ghazal
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Arabisch 6. Semester 78016M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

A1 6. Semester, Lektionen 10 – 11

78030M8
Hala Abdulhafiz
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Arabisch 6. Semester 78017M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

ARABISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

Lehrwerk: „USRATI“ Arabische Geschichten für Anfänger „Der Falke von Scheich Mahmud“
Hueber Verlag 978-3-19-005270-7

A2 – B1 Kurs III
Ausgewählte Geschichten

78029M8
Mohamed Safouan Arbilly
Freitag, 17 – 18.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Arabisch für Fortgeschrittene Kurs IV 78018M8 ab Freitag 15. Januar 2016

CHINESISCH

Chinesisch, eine Untergruppe der sino-tibetischen Sprachfamilie, ist die am meisten gesprochene Sprache in der Welt mit etwa 1,2 Milliarden SprecherInnen. Die meisten leben in China i. e. Volksrepublik China und Taiwan. Das Chinesische ist keine Einzelsprache und wird in der Linguistik im Wesentlichen als eine Gruppe von sechs verschiedenen Sprachen angesehen. So ist zum Beispiel die allgemein gültige Schrift das Kommunikationsmittel zwischen einem Sprecher des Mandarin und des Kantonesischen, da die mündliche Kommunikation äußerst schwierig bis unmöglich ist. Das Hochchinesische oder Mandarin ist die Verständigungssprache.
(Siehe Wikipedia)

A1 Chinesisch in 24 Stunden

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular in der chinesischen Sprache aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen die Möglichkeit und setzt keine Kenntnisse voraus.
Ein Anschlusskurs ist in Absprache mit der Kursleitung möglich.

77103M8
Zhenling Demmig
Samstag und Sonntag, 10 – 15.30 Uhr, 4 x 6 Ustd.
5./6. und 12./13. Dezember
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Die gebräuchlichsten chinesischen Radikale

Radikale sind die „Grundbausteine“ für die chinesischen Schriftzeichen. In diesem Kurs werden die gebräuchlichsten Radikale geübt.
Damit sich das zu Lernende nicht nur theoretisch einprägt, sondern auch in die ‚Handgelenke übergeht‘, werden die Radikale über die Kalligrafie als Lehrmethode erlernt.
Das Motto lautet: „Vor Schnelligkeit kommt Gründlichkeit“.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs 1
77104M8
Zhenling Demmig
Samstag und Sonntag, 10 – 15.30 Uhr, 2 x 6 Ustd.
21./22. November
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
33,60 € + 5,50 € Zusatzkosten

A1 Die gebräuchlichsten chinesischen Radikale

Der Kurs ist eine Fortsetzung des Wochenend-Seminars "Die gebräuchlichsten chinesischen Radikale". Er steht jedoch auch neuen Teilnehmerinnen und Teilnehmern offen und richtet sich an Interessierte, die zumindest einige Grundkenntnisse der Chinesischen Sprache besitzen. Der Fortsetzungskurs zielt darauf ab, die Kombination der gebräuchlichsten Radikale mit Komponenten weiter zu vertiefen.

Kurs 2
77105M8
Zhenling Demmig
Samstag und Sonntag, 10 – 15.30 Uhr, 2 x 6 Ustd.
28./29. November, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
33,60 € + 5,50 € Zusatzkosten

Informationen über
Bildungsurlaub Chinesisch im Jahr 2016
erhalten Sie ab November bei
bei Mathilde Wasmeier unter Tel. 168-44631
und Marion Mayer unter Tel. 168-45498.

CHINESISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrbuch: „Long neu – Chinesisch für Anfänger“
Klett Verlag 978-3-12-528960-4

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

77130M8
Zhenling Demmig
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Chinesisch 2. Semester 77112M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

Lehrbuch: „Liao Liao“
Hueber Verlag 978-3-19-005436-7

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

77131M8
Zhenling Demmig
Mittwoch, 16.15 – 17.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
→
Folgekurs Chinesisch 3. Semester 77113M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

77132M8
Fangchi Chen
Mittwoch, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Chinesisch 3. Semester 77114M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 5 – 6

77134M8
Fangchi Chen
Montag, 17 – 18.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Chinesisch 5. Semester 77115M8
ab Montag 11. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 6 – 7

77135M8
Zhenling Demmig
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Chinesisch 6. Semester 77116M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A2 7. Semester, Lektionen 12 – 13

77137M8
Zhenling Demmig
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Chinesisch 8. Semester 77118M8
ab Dienstag 12. Januar 2016

A2 11. Semester, Lektion 15 und Wiederholung

77138M8

Fangchi Chen
Montag, 18.45 – 20.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Chinesisch 12. Semester 77120M8 ab Montag 11. Januar 2016

CHINESISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

Lehrbuch: „Das Neue Praktische Chinesisch 3“
Beijing Language and Culture University Press
978-3-905816-39-6

B1 Chinesisch für Fortgeschrittene, Lektion 33

77140M8

Zhenling Demmig
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Chinesisch für Fortgeschrittene 77122M8 ab Dienstag 12. Januar 2016

Die Ernährung der Traditionellen Chinesischen Medizin siehe Seite 69

HINWEIS

ZU DEN „KLEINEN SPRACHBEREICHEN“ (SELTENER UNTERRICHTETE SPRACHEN)
Bei diesen Sprachen kann es, besonders in den höheren Stufen, zu Kursausfällen aufgrund geringer Nachfrage kommen. Um trotzdem eine möglichst weitgehende Durchführung zu ermöglichen, werden wir bei ausfallenden Kursen aktiv Hinweise auf entsprechende Angebote des Bildungsvereins Hannover geben.
Dieses dann wechselseitig praktizierte Verfahren ist der erste Schritt zur Kooperation im Bereich dieser Sprachen mit dem Ziel, eine noch bessere Angebotsstruktur in Hannover zu erreichen.

Deutsch-Chinesische Gesellschaft Hannover e.V.
汉诺威德中协会

BEGEGNUNGEN MIT CHINA

Veranstaltungen der
Deutsch-Chinesischen Gesellschaft Hannover e. V.
in Kooperation mit der Ada-und-Theodor-Lessing-VHS Hannover, Burgstraß4 14

Jeden zweiten Dienstag im Monat • ab 17.30 Uhr
Vereinsstammtisch der DCG Hannover e. V. .
Jedes Mitglied und alle Interessierten sind herzlich eingeladen, in gemütlichem Ambiente zu diskutieren, sich auszutauschen, sich kennenzulernen und gegen eigenen Beitrag zu essen.
Den monatlich wechselnden Treffpunkt finden Sie immer auf der Homepage *www.dcg-hannover.de* unter Aktivitäten und Termine/Vereinsstammtisch hinterlegt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

i Information
Mathilde Wasmeier • Tel. 168-44631 • VHS Hannover • E-Mail: *mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de*
Marion Mayer • Tel. 168-45498 • VHS Hannover • E-Mail: *marion.mayer@hannover-stadt.de*

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Dänisch, Finnisch, Latein, Norwegisch, Portugiesisch, Schwedisch, Spanisch

Iris Grallert
SPRECHSTUNDEN Dienstag, 11.30 – 13 und 16 – 18 Uhr und Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
TEL 168-46858 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage
E-MAIL iris.grallert@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Michaela Rybka
TEL 168-44790 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 126, 1. Etage
E-MAIL michaela.rybka@hannover-stadt.de

STUDIENLEITUNG Bente Liedtke

DÄNISCH

A1 Dänisch I für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse

„Vi snakkes ved!“, Hueber 005379-7 und 025379-1 ab Lektion 1

77201Y8
N. N.
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Dänisch II

„Vi snakkes ved!“, Hueber 005379-7 und 025379-1 ab Lektion 6

77202Y8
Bente Liedtke
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Dänisch III

„Vi snakkes ved!“, Hueber 005379-7 und 025379-1 ab Lektion 9

77203Y8
Bente Liedtke
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Dänisch II

„Vi snakkes ved!“ Hueber 005379-7 und 025379-1 ab Lektion 15

77204Y8
Uffe Vajhøj
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
24. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Dänisch Wiederholung und leichte Konversation I

Lehrmaterial wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

77205Y8
Bente Liedtke
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Dänisch Wiederholung und leichte Konversation II

Lehrmaterial wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

77206Y8
Bente Liedtke
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr** im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September 10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September 16 – 18 Uhr

KURSE FÜR FORTGESCHRITTENE
Sie haben relativ gute bis sehr gute Kenntnisse und möchten Ihr Können weiterpflegen und erweitern. Im Unterricht werden sowohl originale Zeitungs- und Zeitschriftenartikel als auch authentische, literarische Texte verwendet. In diesen abwechslungsreichen Kursen haben Sie auch die Gelegenheit, aktuelle landeskundliche Inhalte intensiv zu besprechen.
Nach dem Schwierigkeitsgrad gliedern sich die Kurse für Fortgeschrittene in verschiedene Stufen, daher ist für **neue** TeilnehmerInnen eine Beratung vor der Anmeldung empfehlenswert.
Tel. 168-46858

B1 Dänisch Wiederholung und Konversation

77207Y8
Uffe Vajhøj
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
21. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Dänisch für Fortgeschrittene

77208Y8
Uffe Vajhøj
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
21. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Dänisch für Fortgeschrittene

In diesem Kurs wird viel gesprochen, unter anderem über Kurzgeschichten und Zeitungsartikel. Es werden Auszüge aus Büchern gelesen und über deren Inhalt und Charaktere diskutiert. Grammatikübungen gibt es nach Bedarf und Hausaufgaben nach Wunsch.

77209Y8
Grethe Kazemzadeh
Montag, 18.45 – 20.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Dänisch Konversation

77210Y8
Uffe Vajhøj
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
24. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
John Nichol

STUDIENLEITUNG Christa Padula,
Johanna Bolte, Gabriele Linde-Böhnke
TEL 168-44787
SPRECHSTUNDEN Dienstag + Donnerstag,
10 – 13 Uhr und 16 – 18 Uhr
ORT Haus der VHS, Raum 123, 1. Etage

SACHBEARBEITERIN Susanne Wittkowski
TEL 168-43231 **FAX** 168-4 15 32, -4 15 27
ORT Haus der VHS, Raum 121, 1. Etage
E-MAIL international.vhs@hannover-stadt.de

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Willkommen bei der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover!

Hannover – wo Hochdeutsch zu Hause ist. Hannover ist nicht nur die Hauptstadt Niedersachsens, sondern auch die Hauptstadt des Hochdeutschen. Der Vorteil für Sie ist, dass die Hannoveraner eine Sprache ohne Akzent sprechen, die überall in Deutschland verstanden wird. Auf Entdeckungstouren in der Stadt treffen Sie immer Menschen, die Sie sofort verstehen können. Und es gibt tatsächlich vieles in und um Hannover zu erleben. Vom Großstadtmenschen bis zum Naturfreund – hier kommt jede/r auf seine/ihre Kosten! Szenekneipen und trendige Geschäfte warten ebenso auf Ihren Besuch wie Museen, Oper und Theater, verträumte Winkel in der Altstadt und romantische Plätze an Hannovers Seen. Dabei liegen die schönsten Naturlandschaften Norddeutschlands wie die Lüneburger Heide und der Harz direkt vor der Haustür und auch Kleinstädte voller Romantik und Poesie wie Celle, Hameln und Lüneburg sind nur einen Katzensprung entfernt. Sogar in Hamburg oder Berlin sind Sie mit dem Zug in einer Stunde. Sagen Sie ja zu Hannover – der weltoffenen und doch gemütlichen Stadt!
Also, worauf warten Sie noch?!
Wir treffen uns in Hannover!

German as a foreign language

Welcome to the adult education centre Hannover (VHS). Hannover is not only the capital of Lower Saxony, but also the centre of Standard German (Hochdeutsch).You can practice your German in the town knowing that this is the language everybody in Germany understands and can speak.

Why the VHS?
The VHS is the largest school in Lower Saxony. Every year we offer 180 courses to over 2300 participants. Students have been learning successfully with us for over 50 years.

How to enrol?
Before you enrol in a course it is very important that you come to us to speak about your individual abilities and wishes, so together we can find the most suitable course for you before it starts. We do not accept enrolment via the internet.

Our office hours:
Tuesday and Thursday
10 am – 1 pm and 4 pm – 6 pm
Room 123, 1st floor
Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Costs per semester:
50 lessons: 135 €
100 lessons: 260 €
200 lessons: 510 €

ⓘ Reductions and payment in installments are available, so just ask us!

Warum die VHS Hannover?

ADA UND THEODOR LESSING VOLKSHOCHSCHULE HANNOVER

Die Volkshochschule ist die größte Anbieterin von Deutschkursen in Niedersachsen und verfügt über langjährige Erfahrung auf diesem Gebiet.

Jährlich bieten wir 180 Kurse für ca. 2300 TeilnehmerInnen an.

Wir bieten
- hohe Unterrichtsqualität für alle TeilnehmerInnen
- hohe Leistungsstandards und Professionalität
- qualifizierte KursleiterInnen
- individuelle Förderung der TeilnehmerInnen, um ihre persönlichen Ziele schnell und effektiv zu erreichen.

Seit über 50 Jahren lernen Menschen erfolgreich Deutsch an der VHS Hannover. Während dieser Zeit haben wir das Angebot ständig erweitert und differenziert, um neue fachliche Entwicklungen und veränderte Rahmenbedingungen den Teilnehmerwünschen anzupassen. Heute ist das Angebot in der Lage, praktisch jedes Anliegen der TeilnehmerInnen zu befriedigen – zusammen mit Ihnen erreichen wir die angestrebten Ziele, und zwar nach unserem Motto: „So schnell wie möglich, so langsam wie nötig.“

Einbürgerungstest

In Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) führen wir den Einbürgerungstest durch.

Jeder Teilnehmer erhält einen Fragebogen mit 33 Fragen und hat 60 Minuten Zeit die Fragen zu beantworten. Zu jeder Frage gibt es vier Antwortmöglichkeiten von denen eine „richtig" ist – diese muss angekreuzt werden. Wenn mindestens 17 von 33 Fragen richtig sind, ist der Test bestanden, und ein Zertifikat wird vom Bundesamt ausgestellt.
Die Teilnahme an dem Test kostet 25 €.

Falls Sie sich für den Test anmelden möchten, kommen Sie zu uns in die Volkshochschule

ANMELDUNG
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr
ORT Haus der VHS, Raum 123, 1. Etage

Wir vereinbaren einen Testtermin.
Bitte Ihren Reisepass und 25 € zur Anmeldung mitbringen.

ⓘ Informationen zu den Testterminen erhalten Sie von Herrn Nichol,Tel. 168-44787 oder -43231

Unsere Kursangebote im Einzelnen

Sie können sich auf international anerkannte Prüfungen des Goethe Instituts vorbereiten und diese bei uns im Hause ablegen:

- **Deutsch – Test für Zuwanderer (B1)**
- **Zertifikat B2 und C1**
- **Zertifikat C2 – GDS**

Darüber hinaus bieten wir Vorbereitungskurse auf die DSH-Prüfung und den Test DaF an.
Bei uns werden Sie auf ein Studium in Deutschland sprachlich gut vorbereitet.

ⓘ Rufen Sie an, wenn Sie mehr über die aktuellen Kurse erfahren möchten, Tel. +49 511 168-44787, -43231

Stadtteilorientierte Kursangebote
siehe Seite 23

Semesterkurse

Die Semesterkurse beginnen in der Regel im September, Januar, Februar oder April eines Jahres und dauern 3 bis 4 Monate.
Sie können zwischen 4, 8, 16, 20 oder 25 Wochenstunden pro Woche wählen.
Die Kurse finden zu unterschiedlichen Tageszeiten, vormittags, nachmittags oder abends statt.
Uhrzeit und Intensität

- vormittags, ca. 9 – 13 Uhr
  15, 16 oder 25 Unterrichtsstunden/Woche
- nachmittags, ca. 14 – 18 Uhr
  12, 15 oder 16 Unterrichtsstunden/Woche
- abends, ab 18 Uhr
  4 oder 8 Unterrichtstunden/Woche

In einem persönlichen Gespräch beraten wir Sie bei der Auswahl des passenden Kurses.

Spezialkurse/Fertigkeitstraining

Sie haben die Möglichkeit, aus einer Reihe von Kursen Module um Fertigkeitstraining auszusuchen. Diese ergänzenden Angebote helfen Ihnen, Ihre Lese- und Schreibkompetenz oder Kommunikationsfähigkeit gezielt zu verbessern.
Unser Angebot umfasst

- Schreibwerkstätten
- Literaturkurse
- Prüfungstraining
- Grammatik- und Rechtschreibkurse
- Gesprächstraining
- Konversationskurse
- Phonetik-Workshops
- Fachkurse für verschiedene Berufe

Intensiv- und Integrationskurse

Parallel zu den Semesterkursen bieten wir Intensivkurse über einen längeren Zeitraum (10 Monate Laufzeit) an. Diese Kurse sind besonders für Studenten und Auszubildende, die innerhalb kürzester Zeit einen Nachweis über ihre Sprachfähigkeit anstreben.
Die Integrationskurse sind vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) anerkannt.
Diese Kurse werden in Teilzeit (12 bzw. 16 Unterrichtsstunden pro Woche) angeboten und sind für Berechtigte vorgesehen, die nicht täglich zu den Kursen kommen können, weil sie z. B. berufstätig sind oder auf ihre Kinder aufpassen müssen.

Mitarbeiterfortbildung

(Firmenschulung für MitarbeiterInnen)
Darüber hinaus können wir maßgeschneiderte Kurse anbieten. Diese werden mit Institutionen, Verbänden und Firmen auf die Bedürfnisse Ihrer MitarbeiterInnen abgestimmt. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wir schicken Ihnen umgehend ein Angebot zu.

Intensivkurse

Stufen: A1 bis B1/B2
Unterrichtsstunden: 600/800
Kursdauer: 10 Monate
Kursbeginn: flexibel gestaltet, richtet sich nach dem Teilnehmerbedarf
Umfang: 20 bzw. 25 Unterrichtsstunden pro Woche

ⓘ Rufen Sie an, wenn Sie mehr über die aktuellen Kurse erfahren möchten, Tel. + 49 511 168-44787

Sommerkurse

Von Juni bis September bieten wir Intensivkurse an. Sie haben die Möglichkeit den Umfang individuell zu gestalten – Sie können wählen, ob Sie für 4 Wochen oder für die gesamten Sommermonate bei uns lernen wollen.
So können Sie sinnvolles Lernen mit lustvoller Entdeckung unserer Stadt kombinieren.

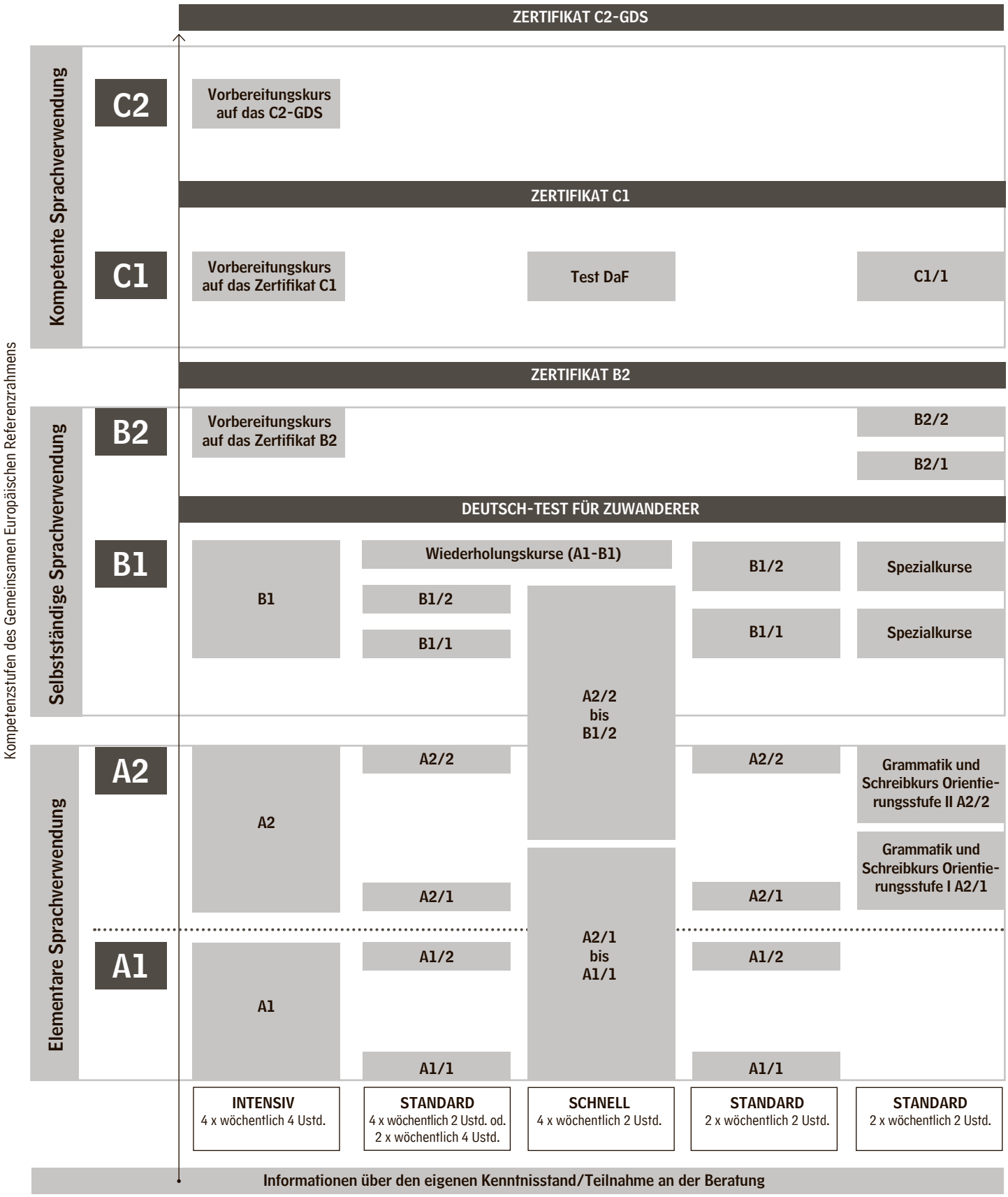
Deutsch als Fremdsprache

Die Kursangebote für das Herbstsemester 2015 (3. September bis 18. Dezember 2015) entnehmen Sie bitte dem Sonderdruck „Deutsch als Fremdsprache" (erhältlich in der VHS oder auf unserer Homepage *www.vhs-hannover.de*).

Beratungstermine
Sie können sich während der Sprechzeiten über die Kurse informieren. In einem persönlichem Gespräch besprechen wir, welcher Kurs für Sie der „richtige" ist und melden Sie auf Wunsch an.

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Gliederung der Deutschkurse nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)



UNSER ANGEBOT IN ENGLISCH

Gliederung der Englischkurse nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)

Kompetenzstufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens

Kompetente Sprachverwendung	C2	Advanced Conversation and Discussion		Cambridge Proficiency TOEFL				BU Advanced Professional English
	C1	Conversation and Discussion	Intensivkurs VII	Cambridge Advanced TOEFL		Advanced Business Conversation	Advanced Conversation	BU 7
Selbstständige Sprachverwendung	B2	Conversation and Revision	Intensivkurs VI	Cambridge First		Intermediate (BEC Vantage)	Conversation and Revision	BU 6
		EUROPEAN LANGUAGE CERTIFICATE						
	B1	Consolidation and Conversation		telc Vorbereitung		Business Basics Easy Conversation Lower Intermediate (BEC Preliminary)	Standardkurs	BU Business Basics
		Easy Conversation		Grammatik				
		Aufbaukurs	Intensivkurs V	Refresherkurs				BU 5
Elementare Sprachverwendung	A2	Standardkurs VII Standardkurs VI Standardkurs V Standardkurs IV	Intensivkurs IV Schnellkurs A2.2 Schnellkurs A2.1	Refresherkurs	Blockkurs	Business English Beginners Weekend	Aufbaukurs Standardkurs Very Easy Book Club Auffrischung	BU 4
	A1	Standardkurs III Standardkurs II Standardkurs I Einstiegskurs	Schnellkurs A1.2 Schnellkurs A1.1	Refresherkurs	Blockkurs Blockkurs Einsteiger	English at work	Kurse für WiedereinsteigerInnen Anfängerkurse	BU 3 BU 2 BU 1
		1 x wöchentl. 2 – 3 Ustd./ 2 x wöchentl.	2 x wöchentl 3 Ustd./ Wochenendveranstaltung	1 x wöchentl 3 Ustd./ Wochenendveranstaltung	3 x wöchentl. 3 Ustd.	Englisch für den Beruf	Englisch für Senioren	Bildungsurlaub

Informationen über den eigenen Kenntnisstand/Teilnahme an der Beratung

ENGLISH EXTRA

VHS Hannover and Freizeitheim Linden Proudly Present:

FOURTH TUESDAY!
Wir führen die kongeniale langjährige Kooperation mit dem Freizeitheim Linden fort: generationsübergreifend, gemeinschaftlich und selbstbestimmend Englisch erleben und sprechen – kreativ, fröhlich, spannend und entspannend, die perfekte Ergänzung zum Englischunterricht.
Mic Hale, Tel. 168 40239,
mic.hale@hannover-stadt.de
Karten: Freizeitheim Linden, Tel. 168 44897,
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

Konzert
ALLAN YN Y FAN
Keltische Musik aus Wales
Seit ihrer Gründung 1996 genießt Allan Yn Y Fan einen Ruf als eine der führenden traditionellen Bands in Wales, wie ihr eindrucksvoller Konzert-, Festival- und Musikkatalog sowie zahlreiche europäische Tourneen belegen. Das Sextett ist bekannt für kraftvollen Gesang und leidenschaftliche Instrumentalbegleitung. Es haucht den traditionellen walisischen Liedern und Musikstücken neues Leben ein. und schreibt und komponiert auch eigenen Stücke, bei denen es sich von Heimat und Reisen anregen lässt. *www.ayyf.co.uk*

„Walisische Musik – das Stiefkind der keltischen Tradition? So gesehen versetzt Allan Yn Y Fan wahre Berge."
– Colin Irwin, Properganda Magazine, 2012
„…Schotten und Iren seid auf der Hut, ein neuer keltischer Tiger pirscht sich an…"
– Spiral Earth 2012

Dienstag, **22. September,** 19.30 Uhr
Eintritt 9,50 €, mit HAP 4,75 €

Art in English – Mini-Comic with Pen and Ink Drawing
Comics sind illustrierte Geschichten, nur dass die Illustrationen den Text überwiegen! Wir werden in 3 Stunden ein kleines Comicheft produzieren. nach z. B. Märchen, neue Versionen von alten Geschichten; Lügentagebuch: ein Tag oder eine Woche in ihrem Leben beschreiben mit so viele Lügen wie möglich drin; Fantasy ist gefragt; Liedtext.
Leitung: Nigel Packham, britischer Künstler
www.packham.de

72410F8
Dienstag, **27. Oktober**, 19 Uhr
Kosten inkl. Materialien 5 €, mit HAP 2,50 €

Theatre Games – English for the Imagination
Improvisation, kleine Szenen, Wortspiele, viel Spaß und keine Grammatik! Trainiert Aussprache, kreatives Denken, Schlagfertigkeit, Wortschatz und Kommunikationsfreude. Alle sind willkommen – schauspielerisches Talent ist NICHT Voraussetzung! Mit Meria-Ann Schmieding, Englischlehrerin und Tanzpädagogin

72411F8
Dienstag, **24. November,** 19 Uhr
Kosten 5 €, mit HAP 2,50 €

Alle Jahre wieder
Christmas Carols and English Country Dance
with the Angels and Kings of Mitmachtanz:
BRASSBERRIES (D/GB/USA)
Mittwoch, **16. Dezember**, 19.30 Uhr
Eintritt 9,50 €, mit HAP 4,75 €

Singaround
Evergreens, Golden Oldies, Folk & Pop – alles, was wir so gern zusammen singen. Übt Aussprache, Betonung, macht selbstbewusster und sicherer beim Sprechen – und eine Menge Spaß! Alle – Badewannennachtigallen UND -krähen – sind herzlich willkommen, und Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.
Gegen Jahresende wollen wir Weihnachtslieder lernen und auf Tour – ‚Carol Singing' – durch die Englischkurse gehen!

72419F8
Donnerstag 19 – 21.30 Uhr, 7 x 3 Ustd., 14-tägig
24. September – 10. Dezember
Freizeitheim Linden
45 + 10 €

A2 The Very Easy Book Club
Beliebte englische Klassiker in vereinfachter Form – dieses Semester, passend zum Weihnachten, Charles Dickens "A Christmas Carol". Wir werden die Lektüre Kapitel für Kapitel bearbeiten, uns inhaltliche Fragen stellen und dabei natürlich Aussprache, Wortschatz und Grammatik verbessern und erweitern.

72318F8
Rixte Bandmann
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

English Poets' Corner
Tony Mellor-Stapelberg, having retired from his weekly literature class after many years, would like to offer an occasional series of encounters with important English poets and read some well-known and well-loved examples of their work. Handouts will be provided.

Lord Byron
72235L8
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr
14. Oktober
Haus der VHS
5 €

Rudyard Kipling
72236L8
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr
11. November
Haus der VHS
5 €

Ted Hughes
72237L8
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr
9. Dezember
Haus der VHS
5 €

B1 – B2 Evergreens for Golden Oldies
"When I find myself in times of trouble, Mother Mary comes to me, speaking words of wisdom: …." We shall listen to and look at the lyrics of some great songs of the 60s and 70s by The Beatles, Genesis, Paul Simon, Sting and many more, talk about what they mean (and mean to us), remember those times and refresh our youthful English. Bring your own favourite songs too, and let the good times roll!

72329F8
Gudrun Wedlich
Montag 14 – 15.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.,
2. November – 21. Dezember
Haus der VHS
40 € + 10 € Bearbeitungsentgelt

LEITUNG DER PROGRAMMBEREICHE
Englisch I: Gillian Noble
TEL 168-45936 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 128, 1.Etage

Englisch II: Mic Hale
TEL 168-40239 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 127, 1. Etage

SPRECHSTUNDEN Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 Uhr und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)

STUDIENLEITUNG Sylke Schmeißing
ORT Haus der VHS, Raum 128, 1. Etage
Annakiska Exum-José
ORT Haus der VHS, Raum 127, 1. Etage

SACHBEARBEITUNG Marion Mayer
TEL 168-45498 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 126, 1. Etage
E-MAIL international.vhs@hannover-stadt.de

ENGLISCH

Wie Sie auf den nächsten 19 Seiten sehen, ist das Englisch Kursangebot umfangreich und sehr differenziert. Die Kursankündigungen geben Ihnen eine Orientierung über die Schwerpunkte und das jeweilige Niveau der einzelnen Kurssysteme. Vielleicht fehlt Ihnen aber das Wissen über den eigenen Kenntnisstand? Da es immer schwierig ist, die eigenen Kenntnisse so einzuschätzen, dass man den richtigen Kurs aussuchen kann, bieten wir Ihnen ein persönliches Beratungsgespräch mit Einstufung an Hand eines genormten Diagnose-Tests an. Diesen Test können Sie bei uns während der Sprechstunden machen oder im Vorfeld aus dem Internet downloaden.

Den Einstufungstest finden Sie unter:
www.vhs-hannover.de/aus-programmbereichen/sprachen/einstufungstest/download?JOB_NAME=DisplayPage

Das Ergebnis hilft uns in der anschließenden Beratung den für Sie passenden Kurs herauszufinden. Kommen Sie einfach während unserer Sprechstunden vorbei. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

Englisch für AnfängerInnen

Unsere Anfängerkurse sind für absolute AnfängerInnen gedacht: für TeilnehmerInnen also, die **noch nie** Englischunterricht erhalten haben. Wenn Sie schon einmal Englisch gelernt haben, auch wenn dies Jahre zurückliegt und Sie vieles vergessen haben, sind diese Anfängerkurse für Sie **nicht** geeignet, aber vielleicht Kurs II, oder III, oder…? Lassen Sie sich auf jeden Fall beraten. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

Einstiegskurs

Lehrbuch: "NEXT Starter" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-202930-1) unit 1 – 6

72001L8
Leyla Mortazavi
Dienstag und Donnerstag, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
3. November – 10. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
90 € + 9 € Zusatzkosten

72002L8
Kristina Meier-Gaarz
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
11. Januar – 17. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
90 € + 9 € Zusatzkosten

Standardkurs I

Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6) unit 1 – 4

72011L8
Olaf Borrmann
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
4. November – 24. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz
70 € + 9 € Zusatzkosten

Schnellkurs A1.I

Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6) unit 1 – 6

72014L8
N. N.
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 10 x 3 Ustd.
14. September – 14. Oktober
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

→

72015L8
Kristina Meier-Gaarz
Dienstag und Donnerstag, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
3. November – 10. Dezember
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
90 € + 9 € Zusatzkosten

72016L8
Leyla Mortazavi
Dienstag und Donnerstag, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
12. Januar – 23. Februar 2016
Südstadtschule, Böhmertsraße 10
90 € + 9 € Zusatzkosten

Blockkurs Einstiegskurs

Lehrbuch: "NEXT Starter" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-202930-1) unit 1 – 6

72100L8
Dr. Elke Maseela
Montag, Mittwoch und Freitag, 9 – 11.45 Uhr, 12 x
21. September – 16. Oktober
Haus der VHS
100 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

STUFE A1

Die Kurse dieser Stufe richten sich nach den Inhalten des Europäischen Referenzrahmens für die Lernstufe A1 (siehe Seite 137). Nach Abschluss der Stufe A1 verfügen Sie über ein erstes, einfaches Repertoire in Englisch, mit dem Sie konkrete, routinemäßige Situationen bewältigen können.
Dementsprechend üben Sie schwerpunktmäßig folgende Fertigkeiten:

SPRECHEN
Sie lernen, wie Sie in Englisch die ersten sozialen Kontakte herstellen, z. B. auf einer Auslandsreise oder im Gespräch mit ausländischen Gästen, indem Sie sich vorstellen, einfache Fragen zum Wohnort, zur Familie, zum Arbeitsplatz, usw. stellen und beantworten können. Sie lernen auch, wie Sie in einem Hotel, Restaurant oder Geschäft gewünschte Produkte oder Dienstleistungen erfragen und kaufen können.

VERSTEHEN
Sie lernen die wichtigsten Informationen in Englisch zu verstehen z .B. Schilder, Speisekarten, Postkarten oder einfache mündliche Informationen und Anweisungen wie eine Wegerklärung, wenn sie langsam und deutlich ausgesprochen werden.

SCHREIBEN
Sie lernen, wie Sie kurze Sätze und Notizen in Englisch formulieren können.

FRAGEN ZUR BERATUNG UND EINSTUFUNG
Wenn Sie bereits über geringe Vorkenntnisse verfügen aber nicht sicher sind, ob diese Vorkenntnisse für die Teilnahme an einem der Kurse der Stufe A1 ausreichend sind, können Sie den persönlichen Beratungsservice der VHS in Anspruch nehmen. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

A1 Standardkurs II
Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6) unit 5 – 8

72021L8
Stephanie Sykes
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
1. Oktober – 4. Februar 2016
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs A1.2
Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6) unit 7 – 12

72024L8
N. N.
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
2. November – 9. Dezember
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

72025L8
Kristina Meier-Gaarz
Dienstag und Donnerstag, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
12. Januar – 23. Februar 2016
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
90 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs III
Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6) unit 9 – 12

72031L8
Tiffany Fangchi Chen
Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr, 15 x 2 Ustd.
30. September – 10. Februar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Blockkurs A1
Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6) unit 1 – 12

72101L8
Dr. Elke Maseela
Montag, Mittwoch und Freitag, 9 – 11.45 Uhr, 18 x
2. November – 11. Dezember
Haus der VHS
150 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Refresher Course
Lehrbuch: "NEXT A1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-002942-6)

72171L8
Patricia Clemente
Mittwoch, 9 – 11.30 Uhr, 15 x 3 Ustd.
4. November – 2. März 2016
Haus der VHS
112,50 € + 9 € Zusatzkosten

→

72172L8
Leyla Mortazavi
Montag, 18.30-21 Uhr, 15 x 3 Ustd.
9. November – 29. Februar 2016
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
112,50 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 1
72173L8
Kristina Meier-Gaarz
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 6 x 6 Ustd.
7. November – 12. Dezember, Wochenendkurs
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 2
72174L8
Kristina Meier-Gaarz
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
16. Januar – 13. Februar 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 3
72175L8
Kristina Meier-Gaarz
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
20. Februar – 12. März 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Englisch für den Beruf siehe Seite 160

STUFE A2

Die Kurse dieser Stufe richten sich nach den Inhalten des Europäischen Referenzrahmens für die Lernstufe A2 (siehe Seite 137). Nach Abschluss der Stufe A2 können Sie sich in routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.
Dementsprechend üben Sie schwerpunktmäßig folgende Fertigkeiten:

SPRECHEN
Sie lernen sich in kurzen Gesprächen zu verständigen sowie Gedanken und Informationen zu vertrauten Themen auszutauschen. Sie lernen einfache Höflichkeitsformel. Sie lernen mit gängigen Alltagssituationen zurechtzukommen. Sie lernen einfache, kurze Beschreibungen, Vorlieben oder Abneigungen zu formulieren und über Ereignisse, Pläne und Erfahrungen zu berichten.

VERSTEHEN
Sie lernen wichtige Informationen zu verstehen, wenn sie einfach und deutlich gesprochen sind. Sie lernen kurze, einfache Briefe, Anweisungen und Bedienungsanleitungen zu verstehen. Sie lernen auch gesuchte Informationen in längeren Texten aufzufinden.

SCHREIBEN
Sie lernen kurze Texte über konkrete Anlässe zu schreiben, z. B. sich für etwas zu bedanken oder zu entschuldigen oder Ereignisse zu beschreiben.

FRAGEN ZUR BERATUNG UND EINSTUFUNG
Wenn Sie bereits über Vorkenntnisse verfügen aber nicht sicher sind, ob diese für die Teilnahme an einem der Kurse der Stufe A2 ausreichend sind, können Sie den Beratungsservice der VHS in Anspruch nehmen. Wir helfen Ihnen bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

A2 Standardkurs IV
Lehrbuch: "NEXT A2/1" Aktualisierte Ausgabe
(Hueber 978-3-19-202932-5) unit 1 – 4

72041L8
Philip Papaioannou
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
24. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Schnellkurs A2.1
Lehrbuch: "NEXT A2.1" Aktualisierte Ausgabe
(Hueber 978-3-19-202932-5)

unit 1 – 5
72044L8
N. N.
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
11. Januar – 17. Februar 2016
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

unit 8 – 10
72045L8
Maria Chrysanthou
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 10 x 3 Ustd.
14. September – 14. Oktober
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs V
Lehrbuch: "NEXT A2/1" Aktualisierte Ausgabe
(Hueber 978-3-19-202932-5) unit 5 – 8

72051L8
Patricia Clemente
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
29. September – 9. Februar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs VI
Lehrbuch: "NEXT A2/1"
(Hueber 978-3-19-002932-7) unit 9 – 12

72061L8
Louisa Jauer
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 26. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

A2 Schnellkurs A2.2
Lehrbuch: "NEXT A2/2" Aktualisierte Ausgabe
(Hueber 978-3-19-202932-5)

unit 1 – 5
72063L8
Maria Chrysanthou
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
2. November – 9. Dezember
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

unit 1 – 5
72064L8
Kristina Meier-Gaarz
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 10 x 3 Ustd.
14. September – 14. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

unit 6 – 10
72065L8
Kristina Meier-Gaarz
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
2. November – 9. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
90 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs VII
Lehrbuch: "NEXT A2/2"
(Hueber 978-3-19-002933-4)

unit 1 – 5
72071L8
N. N.
Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr, 14 x 2 Ustd.
4. November – 24. Februar 2016
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
70 € + 9 € Zusatzkosten

unit 6 – 10
72072L8
Maria Chrysanthou
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Blockkurs A2.1

Lehrbuch: "NEXT A2/1" Aktualisierte Ausgabe (Hueber 978-3-19-202932-5)

72102L8

Dr. Elke Maseela
Montag, Mittwoch und Freitag, 9 – 11.55 Uhr, 17 x
11. Januar – 19. Februar 2016
Haus der VHS
150 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Intensivkurs IV

Lehrbuch: "Cutting Edge Pre-Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 978-14479-3690-9) ab module 1

72141L8

Maike Harms
Dienstag und Donnerstag, 18.30 – 21 Uhr, 22 x 3 Ustd.
22. September – 17. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
165 € + 9 € Zusatzkosten

Lehrbuch: "Cutting Edge Pre-Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 978-14479-3690-9) ab module 9

72142L8

Tiffany Fangchi Chen
Dienstag und Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 22 x 3 Ustd.
22. September – 17. Dezember
Haus der VHS
165 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Refresher Course

Lehrbuch: "Fairway Refresher A2" (Klett 501470)

72181L8

Philip Papaioannou
Dienstag, 9 – 11.30 Uhr, 15 x 3 Ustd.
3. November – 1. März 2016
Haus der VHS
112,50 € + 9 € Zusatzkosten

72182L8

N. N.
Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 15 x 3 Ustd.
4. November – 2. März 2016
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
112,50 € + 9 € Zusatzkosten

→

→
Teil 1

72183L8

Marion Sprengel
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 6 x 6 Ustd.
7. November – 12. Dezember, Wochenendkurs
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 2

72184L8

Marion Sprengel
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
16. Januar – 13. Februar 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 3

72185L8

Marion Sprengel
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
20. Februar – 12. März 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

A2 English-to-go/for tourists

English to go ist viel mehr als Check-in, Auto mieten, Essen bestellen und Shopping! Man will auch Land und Leute (Einheimische und andere Urlauber) kennen lernen – und Englisch ist oft das beste Mittel, um mit dem netten Paar am Nebentisch Kontakt zu knüpfen oder wenn man in der Disco nicht allein tanzen will.
Die gesprochene Sprache steht im Vordergrund. Neben wichtigen Wörtern und Redewendungen für die wesentlichen Sprechsituationen, die Sie als Tourist im Ausland erleben, lernen Sie auch, wie Sie auf Englisch Smalltalk initiieren können, um das Beste aus den schönsten Tagen des Jahres zu machen.

72187L8

Annakiska Exum-José
Donnerstag, 18.15 – 20.45 Uhr, 6 x 3 Ustd.
12. November – 17. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
45 € + 10 € Zusatzkosten

Gärten in Wales siehe Seite 64

Go vegan! A vegan cooking class siehe Seite 90

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

STUFE B1

Die Kurse dieser Stufe richten sich nach den Inhalten des Europäischen Referenzrahmens für die Lernstufe B1 (siehe Seite 137) über ein Grund-Repertoire in Englisch, mit dem Sie die meisten Situationen im Ausland bewältigen können.
Dementsprechend üben Sie schwerpunktmäßig folgende Fertigkeiten:

SPRECHEN
Sie lernen sich in den meisten Alltagssituationen zu verständigen und Gespräche über vertraute Themen sicher zu führen.

VERSTEHEN
Sie lernen im Gespräch die Hauptpunkte zu verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Sie lernen die Hauptinformationen aus Radio- oder Fernsehsendungen über aktuelle Ereignisse und über Themen aus Ihrem Berufsfeld oder Interessengebiet zu entnehmen, wenn relativ langsam und deutlich gesprochen wird. Sie lernen Texte, in denen vor allem gebräuchliche Alltags- oder Berufssprache vorkommt, sowie private Briefe, in denen von Ereignissen, Gefühlen und Wünschen berichtet wird, zu verstehen.

SCHREIBEN
Sie lernen persönliche Briefe zu schreiben. Sie lernen Sätze zu längeren Texten zusammenzubauen, um z. B. Ihren Alltag, Ihre persönlichen Vorlieben, Ihren beruflichen Werdegang oder Erfahrungen und Ereignisse zu beschreiben.

FRAGEN ZUR BERATUNG UND EINSTUFUNG
Wenn Sie bereits über gewisse Vorkenntnisse verfügen aber nicht sicher sind, ob diese Vorkenntnisse für die Teilnahme an einem der Kurse der Stufe B1 ausreichend sind, können Sie den persönlichen Beratungsservice der VHS in Anspruch nehmen. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

B1 Aufbaukurs I

Lehrbuch: "Next B1/1" (Hueber 978-3-19-002934-1) unit 1 – 5

72091L8
Tiffany Fanchi Chen
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
1. Oktober – 4. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
70 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Aufbaukurs II

Lehrbuch: "Next B1/1" (Hueber 978-3-19-002934-1) unit 6 – 10

72092L8
N. N.
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
28. September – 1. Februar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Aufbaukurs III

Lehrbuch:
"Next B1/2" (Hueber 978-3-19-002935-8) unit 1 – 5

72093L8
Tiffany Fanchi Chen
Mittwoch, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
30. September – 3. Februar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

B1 Schnellkurs B1.2

Lehrbuch: "Next B1/2" (Hueber 978-3-19-002935-8) unit 1 – 6

72094L8
Kristina Meier-Gaarz
Dienstag und Donnerstag, 18.30 – 21 Uhr, 10 x 3 Ustd.
15. September – 15. Oktober
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Aufbaukurs IV

Lehrbuch: "Next B1/2" (Hueber 978-3-19-002935-8) unit 4 – 7

72096L8
Iris Grallert
Dienstag, 9.30 – 11 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 26. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Intensivkurs V

Lehrbuch: "Cutting Edge Intermediate 3rd Edition" (Pearson/Longman 1-4479-3687-9)

ab module 5
72151L8
Philip Papaioannou
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 22 x 3 Ustd.
21. September – 16. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
165 € + 9 € Zusatzkosten

ab module 1
72152L8
Marion Sprengel
Mittwoch und Freitag, 9.30 – 12 Uhr, 22 x 3 Ustd.
23. September – 18. Dezember
Haus der VHS
165 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Refresher Course

Lehrbuch:
"Fairway Refresher B1" (Klett 501472)

72191L8
Abdul Latif Al Hadad
Montag, 10.45 –13.15 Uhr, 15 x 3 Ustd.
9. November – 29. Februar 2016
Haus der VHS
112,50 € + 9 € Zusatzkosten

72192L8
Abdul Latif Al Hadad
Mittwoch, 18 – 20.30 Uhr, 15 x 3 Ustd.
4. November – 2. März 2016
Haus der VHS
112,50 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 1
72193L8
Dave Mancini
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 6 x 6 Ustd.
7. November – 12. Dezember, Wochenendkurs
Haus der VHS
90 € + 10 € Zusatzkosten →

→
Teil 2

72194L8

Dave Mancini
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
16. Januar – 13. Februar 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 10 € Zusatzkosten

Teil 3

72195L8

Dave Mancini
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
20. Februar – 12. März 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 10 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

B1 Grammar in Action

Sie verstehen eine Menge und kommen überall einigermaßen klar aber die „verflixten" Zeiten geraten durcheinander, die Präpositionen sind ein Albtraum, Konditional-Sätze kommen Ihnen eher „spanisch" vor! Wenn Sie Wert auf Grammatik legen oder vielleicht die wackeligen „Vier" im Schulabschlusszeugnis verbessern wollen, können Sie in diesen Kursen die häufigsten Problemstrukturen auffrischen und festigen.

72197L8

Dr. Elke Maseela
Freitag, 14.30 – 16 Uhr, 10 x 2 Ustd.
6. November – 22. Januar 2016
Haus der VHS
50 € + 10 € Zusatzkosten

B1 English Weekend – Grammar in Action

Simple Past ist selten simpel? In, at or on, wer weiß das schon? Wir haben eine Fibel für Ihr Faible! Wenn Sie eigentlich ganz gut in Englisch sind, es aber ganz genau wissen möchten und es mit den häufigsten Problemstrukturen aufnehmen wollen, bietet Ihnen dieses Seminar die nötige Herausforderung! Sie können die Zeiten wiederholen, lernen die Präpositionen auseinander zu halten, erkennen Regelmäßigkeiten und besprechen Ausnahmen und finden Freude am gemeinsamen Üben der englischen Syntax.

72198L8

Dr. Elke Maseela
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag, 9 – 16 Uhr
9./10. Oktober, Wochenendkurs
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

72199L8

Dr. Elke Maseela
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag, 9 – 16 Uhr
22./23. Januar 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

B1.1 Easy Conversation

Steigen Sie hier ein, wenn Sie Grundkenntnisse haben (Stufe A2 GER, siehe Seite 137) und eine Möglichkeit suchen, das bisher Gelernte in die Praxis umzusetzen. Im Vordergrund steht die gesprochene Sprache, denn Sie sollten befähigt werden, sich in Alltagssituationen mündlich behaupten zu können. Dazu gehört die Bereitschaft, sich aktiv an Gesprächen, Rollenspielen und einfachen Diskussionen zu beteiligen. Wichtige grammatische Strukturen werden in Sinnzusammenhängen geübt und gefestigt und Sie trainieren und erweitern auch Ihren Grundwortschatz. Diese Kurse berücksichtigen im besonderen Maße Ihre eigenen Interessen an Themen und Inhalten. Lassen Sie sich auf jeden Fall beraten. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

72201L8

Lehrbuch: "Speak Out Pre-Intermediate" (1-4082-1932-4) ab unit 3
Sylke Schmeißing
Montag, 18.15 – 19.45 Uhr, 14 x 2 Ustd.
21. September – 25. Januar 2016
Haus der VHS
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

→

72202L8

Lehrbuch: "New Cutting Edge Intermediate" (Pearson/Longman 1-405-85229-6) ab unit 7
Sabine Rösemann
Dienstag, 10.30 – 12 Uhr, 14 x 2 Ustd.
22. September – 26. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72203L8

Lehrbuch: "Cutting Edge Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 1-4479-3687-9) ab Unit 1
Stephanie Sykes
Dienstag, 18.30 – 20 Uhr, 14 x 2 Ustd.
3. November – 23. Februar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72204L8

Lehrbuch: "Cutting Edge Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 1-4479-3687-9) ab Unit 6
Sabine Rösemann
Mittwoch, 17.30 – 19 Uhr, 14 x 2 Ustd.
23. September – 27. Januar 2016
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72205L8

Lehrbuch: "Cutting Edge Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 1-4479-3687-9) ab Unit 9
Philip Papaioannou
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
24. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72206L8

Lehrbuch: "Cutting Edge Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 1-4479-3687-9) ab Unit 1
N. N.
Donnerstag, 18.30 – 20 Uhr, 14 x 2 Ustd.
5. November – 25. Februar 2016
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72207L8

Lehrbuch: "Cutting Edge Intermediate 3. Edition" (Pearson/Longman 1-4479-3687-9) ab Unit 1
Madalena Farmhouse-Bizarro
Freitag, 16.30 – 18 Uhr, 14 x 2 Ustd.
6. November – 26. Februar 2016
Haus der VHS
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

B1.2 Consolidation and Conversation

72210L8

Lehrbuch: “Next B1/2”
(Hueber 978-3-19-002935-8)
Lee Robinson
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
28. September – 1. Februar 2016
Haus der VHS
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72211L8

Lehrbuch: “Speak Out Intermediate”
(3-12-501555-5) ab unit 8
Jane Klatt
Freitag, 8 – 9.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 9 € Zusatzkosten

72212L8

Lehrbuch: wird bekannt gegeben
Fiona Lütke-Börding
Freitag, 9 – 11.30 Uhr, 12 x 3 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Haus der VHS
97,20 € + 9 € Zusatzkosten

72213L8

Lehrbuch: “Speak Out Intermediate”
(3-12-501555-5) ab unit 8
Jane Klatt
Freitag, 11.30 – 13 Uhr, 12 x 2 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 9 € Zusatzkosten

B1 English Weekend – English Weekend – Let´s keep talking

Haben Sie Lust ein ganzes Wochenende nur Englisch zu sprechen und zu hören? Wenn Sie gute Grundkenntnisse haben (Stufe B1 GER, siehe Seite 137), die Sie auffrischen und festigen möchten, bieten Ihnen diese Wochenendseminare die Möglichkeit dazu. Dabei steht die gesprochene Sprache im Vordergrund. Durch Rollenspiele, Sprechübungen und Diskussionen, Sprachspiele, englische Songs usw. werden Sie schnell Ihre Sprechhemmungen abbauen. Wichtige grammatische Strukturen werden in Sinnzusammenhängen geübt und gefestigt und Sie können Ihre englische „word-power” erweitern. Have a nice weekend!

72216L8

Lee Robinson/Annakiska Exum-José
Freitag, 16.30 – 21 Uhr
Samstag, 9 – 15.30 Uhr
13./14. November, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

72217L8

Lee Robinson/Annakiska Exum-José
Freitag, 16.30 – 21 Uhr
Samstag, 9 – 15.30 Uhr
11./12. Dezember, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

72218L8

Lee Robinson/Annakiska Exum-José
Freitag, 16.30 – 21 Uhr
Samstag, 9 – 15.30 Uhr
12./13. Februar 2016, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

STUFE B2

Die Kurse dieser Stufe richten sich nach den Inhalten des Europäischen Referenzrahmens für die Lernstufe B2 (siehe Seite 137). Nach Abschluss dieser Stufe verfügen Sie über ein Repertoire in Englisch, mit dem Sie problemlos routinemäßige Situationen bewältigen können. Dementsprechend üben Sie schwerpunktmäßig folgende Fertigkeiten:

SPRECHEN
Sie lernen, sich ohne große Mühe auch an längeren Gesprächen zu beteiligen und sich trotz einiger Fehler problemlos zu verständigen. Sie lernen, in Diskussionen Ihre Ansichten zu begründen und beachten dabei Gesprächsführungsstrategien und kulturelle Unterschiede.

VERSTEHEN
Sie lernen Zwischentöne zu verstehen. Sie wenden Strategien an, um das Verstandene mit Nachfragen, Bestätigen oder Ergänzen zu sichern. Fernsehnachrichten können Sie gut folgen. Sie lernen gesuchte Informationen in Texten aufzufinden und schwierige Texte z. B. fachbezogene Korrespondenz zu verstehen.

SCHREIBEN
Sie lernen sich in routinemäßigen Briefen adäquat zu äußern.

MÖGLICHKEIT EINER ZERTIFIZIERUNG
Wenn sie einen weltweit gültigen Nachweis haben möchten, können Sie das „Cambridge First Certificate in English“ ablegen (siehe Seite 159).

FRAGEN ZUR BERATUNG UND EINSTUFUNG
Wenn Sie bereits über Vorkenntnisse verfügen aber nicht sicher sind, ob diese für die Teilnahme an einem der Kurse der Stufe B2 ausreichend sind, können Sie den Beratungsservice der VHS in Anspruch nehmen. Wir helfen Ihnen bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

B2 Intensivkurs VI

Lehrbuch: “New Cutting Edge Upper Intermediate” 3rd Edition (Pearson/Longman 1-4479-3698-5)

72161L8
ab module 6
Maria Chrysanthou
Dienstag und Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 22 x 3 Ustd.
22. September – 17. Dezember
Haus der VHS
165 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 1
72163L8
Madalena Farmhouse-Bizarro
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 6 x 6 Ustd.
7. November – 12. Dezember, Wochenendkurs
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 2
72164L8
Madalena Farmhouse-Bizarro
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4x 6 Ustd.
16. Januar – 13. Februar 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 3
72165L8
Madalena Farmhouse-Bizarro
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
20. Februar – 12. März 2016, Wochenendkurs
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

Workshops für Schule, Studium und Ausbildung siehe JUNGE VHS, Seite 9

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

B2 Conversation and Revision

72220L8
Lehrbuch: wird bekannt gegeben
Dr. Elke Maseela
Dienstag, 9 – 10.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 9 € Zusatzkosten

72221L8
Lehrbuch: “Cutting Edge Upper Intermediate 3. Edition” (Pearson/Longman 1-4479-3698-5)
ab module 5
Sabine Rösemann
Dienstag, 18.15 – 19.45 Uhr, 14 x 2 Ustd.
22. September – 26. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72222L8
Lehrbuch: “Cutting Edge Upper Intermediate 3. Edition” (Pearson/Longman 1-4479-3698-5)
ab module 4
Sabine Rösemann
Dienstag, 20 – 21.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
3. November – 23. Februar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72223L8
Lehrbuch: “Cutting Edge Upper Intermediate” (Pearson/Longman 1-4479-3698-5)
ab module 1
Madalena Farmhouse-Bizarro
Mittwoch, 16.30 – 18 Uhr, 14 x 2 Ustd.
4. November – 24. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75,60 € + 9 € Zusatzkosten

72224L8
Lehrbuch: “New Cutting Edge Upper Intermediate” (Pearson/Longman 1-405-85230-2)
ab module 5
John-Michael Nötzel
Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 9 € Zusatzkosten

72225L8
Lehrbuch: “New Cutting Edge Upper Intermediate” (Pearson/Longman 1-405-85230-2)
ab module 11
Sabine Rösemann
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 9 € Zusatzkosten

72226L8
Lehrbuch: “New Cutting Edge Upper Intermediate” (Pearson/Longman 1-405-85230-2)
ab module 12
Sabine Rösemann
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 10 x 2 Ustd.
7. Januar – 17. März 2016
Haus der VHS
54 € + 9 € Zusatzkosten

72227L8
Various Materials
Iris Grallert
Donnerstag, 18.30 – 20 Uhr, 14 x 2 Ustd.
24. September – 21. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75,60 € + 10 € Zusatzkosten

72228L8
Lehrbuch: “Speak Out Upper Intermediate” (Pearson/Longman 9781408219331)
ab module 5
Jane Klatt
Freitag, 9.45 –11.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
18. September – 18. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 9 € Zusatzkosten

72229L8
Various Materials
Katherine Elisabeth Bell
Freitag, 16.30 – 18 Uhr, 14 x 2 Ustd.
2. Oktober – 5. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75,60 € + 10 € Zusatzkosten

STUFE C 1

Die Kurse dieser Stufe richten sich nach den Inhalten des Europäischen Referenzrahmens für die Lernstufe C1 (siehe Seite 137). Nach Abschluss dieser Stufe verfügen Sie über ein umfangreiches Repertoire in Englisch, mit dem Sie auch unerwartete Situationen souverän bewältigen können.
Dementsprechend üben Sie schwerpunktmäßig folgende Fertigkeiten:

SPRECHEN
Sie lernen sich in unerwarteten Situationen zurechtzufinden und sich fast immer deutlich und weitgehend korrekt auszudrücken. Sie können sich mit MuttersprachlerInnen über anspruchsvolle Themen diskutieren und komplexe Sachverhalte darstellen.

VERSTEHEN
Sie werden die meisten Fernsehsendungen problemlos folgen und Tageszeitungen und Fachzeitschriften lesen können. Auch literarische Texte bereiten Ihnen kaum Probleme.

SCHREIBEN
Sie lernen Berichte und Briefe aller Art zu verfassen.

MÖGLICHKEIT EINER ZERTIFIZIERUNG
Wenn Sie hierfür einen Nachweis haben möchten, können Sie das „Cambridge Certificate in Advanced English“ ablegen (siehe Seite 159).

FRAGEN ZUR BERATUNG UND EINSTUFUNG
Wenn Sie bereits über gewisse Vorkenntnisse verfügen aber nicht sicher sind, ob diese Vorkenntnisse für die Teilnahme an einem der Kurse der Stufe C1 ausreichend sind, können Sie den persönlichen Beratungsservice der VHS in Anspruch nehmen. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

C1 Intensivkurs VII
Lehrbuch: “New Cutting Edge Advanced”
3. Edition (Pearson/Longman 978-14479-36080-0)

Teil 1
72166L8
Lee Robinson
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 6 x 6 Ustd.
7. November – 12. Dezember
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 2
72167L8
Lee Robinson
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
16. Januar – 13. Februar 2016
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

Teil 3
72168L8
Lee Robinson
Samstag, 9 – 14.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
20. Februar – 12. März 2016
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten

C1 Conversation and Discussion

72230L8
Various Materials
Shauna Elkin-Held
Dienstag, 18-19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
3. November – 23. Februar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75,60 € + 10 € Zusatzkosten

72231L8
Various Materials
Jane Klatt
Donnerstag, 10 – 11.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Kath. Pfarrgemeinde Hl. Engel,
Böhmerwaldstraße 8
64,80 € + 10 € Zusatzkosten

STUFE C2

Die Kurse dieser Stufe richten sich nach den Inhalten des Europäischen Referenzrahmens für die Lernstufe C2 (siehe Seite 137). Nach Abschluss dieser Stufe verfügen Sie über ein annähernd muttersprachliches Repertoire in Englisch.
Dementsprechend üben Sie schwerpunktmäßig folgende Fertigkeiten:

SPRECHEN
Sie lernen sich in allen möglichen Situationen wie ein/e MuttersprachlerIn auszudrücken. Sie können fließend und weitestgehend Fehlerfrei sprechen. Sie werden auch imstande, feinere Bedeutungsnuancen genau auszudrücken.
Sie können sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen mit MuttersprachlerInnen beteiligen.

VERSTEHEN
Sie lernen problemlos gesprochene Sprache zu verstehen, auch wenn schnell und idiomatisch gesprochen wird.
Sie können sowohl Literatur als auch Sachbücher in der globalen Aussage aber auch im Detail verstehen.

SCHREIBEN
Sie können anspruchsvolle Texte aller Art schreiben.

MÖGLICHKEIT EINER ZERTIFIZIERUNG
Wenn Sie hierfür einen weltweiten Nachweis haben möchten, können Sie das „Cambridge Certificate of Proficiency" ablegen (siehe Seite 159).

FRAGEN ZUR BERATUNG UND EINSTUFUNG
Wenn Sie bereits über gewisse Vorkenntnisse verfügen aber nicht sicher sind, ob diese Vorkenntnisse für die Teilnahme an einem der Kurse der Stufe C2 ausreichend sind, können Sie den persönlichen Beratungsservice der VHS in Anspruch nehmen. Wir helfen Ihnen gern bei der Auswahl des richtigen Kurses unter Berücksichtigung Ihrer Vorkenntnisse und Erwartungen.

C2 English Advanced – Conversation and Discussion

This course is designed for students who have already had considerable practice in using English for communication (C1, see page 137). The course will encourage students to extend their acquired knowledge of English vocabulary, sophisticated usage and structures, and to improve their skills of listening comprehension, speaking, reading and writing. The topics chosen are designed to stretch learners both linguistically and intellectually. You will have ample opportunity to practice conversation in every day situations and in discussions of general and topical interest. Reading texts will cover a wide range of subjects from the realms of ethics, philosophy, politics and science, depending on the interests of the participants. Come with a willingness to talk and an open mind but also with opinions and attitudes you would like to share with others.

72232L8
Shauna Elkin-Held
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
3. November – 23. Februar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75,60 € + 10 € Zusatzkosten

72233L8
Patricia Clemente
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
64,80 € + 10 € Zusatzkosten

72234L8
Patricia Clemente
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 10 x 2 Ustd.
7. Januar – 17. März 2016
Haus der VHS
54 € + 10 € Zusatzkosten

B2 – C2 English Poets' Corner

Tony Mellor-Stapelberg, having retired from his weekly literature class after many years, would like to offer an occasional series of encounters with important English poets and read some well-known and well-loved examples of their work. Handouts will be made available.

Lord Byron
72235L8
Anthony Mellor-Stapelberg

Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr,
Einzelveranstaltung
14. Oktober
Haus der VHS
5 €

Rudyard Kipling
72236L8
Anthony Mellor-Stapelberg

Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr,
Einzelveranstaltung
11. November
Haus der VHS
5 €

Ted Hughes
72237L8
Anthony Mellor-Stapelberg

Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr,
Einzelveranstaltung
9. Dezember
Haus der VHS
5 €

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

BILDUNGSURLAUB ENGLISCH
Das Bildungsurlaubsangebot Englisch umfasst sieben Stufen im allgemeinsprachlichen Bereich und einige spezielle berufsbezogene Seminare. Vom Anfänger-Niveau bis zu fast muttersprachlicher Kompetenz finden alle Englisch-Interessierten einen passenden Kurs.

Welche Stufe ist für Sie richtig? – Bitte lassen Sie sich beraten, bevor Sie sich anmelden. Denken Sie bitte daran, dass das Bildungsurlaubsprogramm Englisch kein geschlossenes Lehrgangssystem darstellt, in dem die einzelnen Stufen aufeinander aufbauen: es bestehen große Unterschiede zwischen den einzelnen Stufen hinsichtlich der Vorkenntnisse und Sprachkompetenz der Teilnehmenden.

Die Englisch-Bildungsurlaubsveranstaltungen sind vor allem Praxiswochen, die in einem angstfreien Unterrichtsklima stattfinden, Erfolgserlebnisse und Spaß an der Sprache garantiert!

AnfängerInnen erleben einen lebendigen aber sanften Einstieg in die Sprache und lernen, einige Basissituationen in Englisch zu meistern; Interessierte, die vor längerer Zeit Englisch gelernt haben, erhalten die Möglichkeit zur Auffrischung und zur Aktivierung ihrer Kenntnisse; Teilnehmende an laufenden VHS-Kursen haben die Gelegenheit zur Festigung und Erweiterung ihrer Fertigkeiten.

Der aktive Sprachgebrauch und die Beherrschung sprachlicher Alltagssituationen stehen im Vordergrund. Durch die Anwendung von modernen Lehrmethoden, Rollenspielen, Sprechübungen und Diskussionen, Kurzgeschichten, Sprachspielen etc., werden Sprechhemmungen schnell abgebaut. Wichtige grammatische Strukturen werden in Sinnzusammenhängen geübt und gefestigt.

Die Kursleiterinnen und Kursleiter unterrichten als Team. Alle sprechen Englisch als Muttersprache und vermitteln neben nützlichen Ausdrücken und Redewendungen Informationen über Lebensweisen und Gewohnheiten in englischsprachigen Ländern. Sie kommen aus verschiedenen Teilen der englischsprachigen Welt, sind allesamt hochqualifiziert, erfahren und vertraut mit der derzeitigen Diskussion des Fremdsprachenlernens und -lehrens. Mit ihrem anscheinend unerschöpflichen Repertoire an Themen und Aktivitäten gelingt es ihnen, das Interesse und die Aufmerksamkeit der TeilnehmerInnen immer wieder neu anzuregen und die jeweilige Woche so effektiv und abwechslungsreich wie möglich zu gestalten.

Das neue Bildungsurlaubs-Jahresprogramm 2016 erscheint Anfang Januar.

EINSTUFUNG
Die Teilnahme an einer Einstufung geht der Anmeldung voraus. Die Einstufung gewährleistet eine homogene Gruppenzusammensetzung und damit einen guten Lernerfolg. Sie erfolgt zu den Sprechstunden oder nach telefonischer Vereinbarung während des laufenden Semesters unter Tel. 168-45936.

UNSERE SPRECHZEITEN
Dienstag + Donnerstag,
10 – 13 Uhr und 16 – 18 Uhr
außer in den Schulferien
ORT Haus der VHS, Raum 128, 1. Etage

VERANSTALTUNGEN
Montag – Freitag,
täglich 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
im Haus der VHS
108 € + 20 € Zusatzkosten
bzw. 138 € + 20 € Zusatzkosten

FORTSETZUNG
Nach Abschluss der Seminare ist eine Fortsetzung in den Englischkursen der VHS möglich.

LEITUNG UND INFO Gillian Noble
TEL 168-45936

Beachten Sie bitte die **vierwöchige Anmeldefrist**

BILDUNGSURLAUB ENGLISCH

A1 Englisch I
TeilnehmerInnen: Interessierte ohne jegliche Vorkenntnisse in Englisch

72X02L8
23. – 27. November

A1 Englisch II
TeilnehmerInnen: Interessierte, die über geringe Kenntnisse verfügen und die den Englischunterricht wieder ganz von vorn beginnen möchten

72X04L8
23. – 27. November

A1 Englisch III
TeilnehmerInnen: Interessierte, die über geringe Kenntnisse verfügen, diese aber festigen und ausbauen wollen

72X07L8
28. September – 2. Oktober

A2 Englisch IV
TeilnehmerInnen: Interessierte, die ihre Grundkenntnisse festigen und ausbauen wollen

72X11L8
21. – 25. September

72X12L8
30. November – 4. Dezember

B1 Englisch V
TeilnehmerInnen: Interessierte mit guten Grundkenntnissen

72X15L8
5. – 9. Oktober

72X16L8
7. – 11. Dezember

B2 Englisch VI
TeilnehmerInnen: Interessierte mit sehr guten Kenntnissen

72X19L8
2. – 6. November

B1 English Business Basics

TeilnehmerInnen:
Interessierte mit guten Grundkenntnissen
Es gibt kaum einen Wirtschaftsberuf, sei es im Sekretariat, im Dienstleistungssektor, im Verkauf oder Vertrieb, in dem nicht gute Englischkenntnisse verlangt werden. Auch Geschäftsreisen ins Ausland zählen zum Alltag für Führungskräfte, Techniker und Kaufleute.
Grund genug, Ihre Englischkenntnisse aufzufrischen und zu erweitern und Ihre Sprechfertigkeit in Topform zu bringen. Abwechslungsreiche kommunikative Aktivitäten fördern die Sprech-, Hör-, Lese- und Schreibfertigkeiten in wirklichkeitsnahen Wirtschaftszusammenhängen. Die wichtigsten Geschäftsbereiche werden thematisiert: vom Messe- und Firmenbesuch über Vertragsverhandlungen und Präsentationen bis hin zum Telefonieren und Small-talk mit den Geschäftspartnern. Damit Geschäftsbeziehungen erfolgreich verlaufen, ist es ebenso wichtig, Kultur und Mentalität eines Landes zu kennen. Ihre KursleiterInnen, die Englisch als Muttersprache sprechen, bieten deshalb neben einer großen Auswahl nützlicher Wendungen und einem umfangreichen Vokabular viele praktische Tipps.

72X24L8
12. – 16. Oktober

72X25L8
16. – 20. November

Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
Haus der VHS
138 € + 20 € Zusatzkosten

Leitung und Info: Gillian Noble, Tel. 168-45936

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

C2 Advanced Professional English

TeilnehmerInnen: Interessierte mit sehr fortgeschrittenen Kenntnissen
This course builds on your knowledge of English and prepares you to do business on equal terms with native speakers: making schedules and arrangements, negotiating terms, prices and contacts, giving presentations, attending meetings, travelling and socialising. Show your business partners at home and abroad by being creative, cooperative and assertive that you "mean business".
Our team of native-speaker teachers are experts in their field and experienced both in business and in the teaching of Business English.

72X26L8
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
9. – 13. November
Haus der VHS
138 € + 20 € Zusatzkosten

Leitung und Info: Gillian Noble, Tel. 168-45936

anna leine
Kaffee, Küche und Kultur

GUTSCHEIN
für 1 Tasse Genuss-Kaffee oder Genuss-Espresso
Gültig bis 30.11.2015 – für eine Person/Tag

Genießen Sie unsere Kaffee-Spezialitäten und die kleine Genuss-Küche im **anna leine**: Frühstück, Snacks, Mittagstisch und vieles mehr – immer kreativ mit Liebe zubereitet! Einfach frisch und lecker.

anna leine
Direkt in der neuen VHS am Hohen Ufer
www.annaleine-hannover.de

INFO TEL. 168-40239, -45936

PRÜFUNGSVORBEREITUNGSKURSE

Europa wächst zusammen und Fremdsprachenqualifikationen sind wichtiger denn je. Unsere langjährige Zusammenarbeit mit der Europäischen Prüfungszentrale Hannover des VHS Landesverbandes gewährleistet effektive und fokussierte Vorbereitung auf die Prüfungen, die Sie beruflich und persönlich weiter bringen werden.

THE EUROPEAN LANGUAGE CERTIFICATE (TELC) IN ENGLISH
Nach Ihren Kursen auf den Stufen A2 bis C1 können Sie die jeweilige ‚European Language Certificate in English' erwerben.
Siehe *www.telc.net* für Details. Wir richten gern auf Anfrage Vorbereitungsseminare für Gruppen ab sieben Teilnehmenden ein.

ANMELDUNGEN nimmt der Landesverband der VHSn, Bödekerstr. 16, 30161 Hannover entgegen.
KONTAKT Frau Borchert
TEL 0511-300 330-79
E-MAIL borchert@vhs-nds.de
INTERNET www.vhs-nds.de
>‚Sprachenprüfungen' für Termine und Gebühren

CAMBRIDGE CERTIFICATES
The Cambridge Main Suite examinations are recognised all over the world as evidence of the four key language competencies (reading, writing, listening and speaking) in personal, professional and academic relations. VHS preparation courses provide training in all aspects of the syllabus. You will need to make time outside class for study, preparation and homework.
See *www.cambridge-efl.org.uk* (with link to German website) for examination details and useful links.

REGISTER directly with the 'Landesverband der VHSn Niedersachsens'
CONTACT Frau Borchert
TEL 0511-300 330-79
E-MAIL borchert@vhs-nds.de
INTERNET www.vhs-nds.de

Please do the VHS 'Einstufungstest' and consult the English department before you commit to one of these courses or register for an examination!

B2 Cambridge First Certificate in English

Kursanmeldung nur nach Beratung!
FCE tests competence in English for most everyday and work situations. Our 'Study Course' expands and refines your vocabulary, reviews and reinforces grammatical structures, and trains you in discussion strategies and communication styles for a variety of situations. You will also develop an awareness of appropriate lexis, register and cultural conventions in discussion.
The 'Examination Practice' seminar familiarises you with the examination format, providing intensive practice and feedback on the listening, speaking and writing tasks.

Study Course

72250F8
Chris Rehm
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und- Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
126 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Compact First, second edition"
(Klett 978-3-12-535263-6)

Examination Practice

72251F8
Fiona Lütke-Börding
Dienstag, 18 – 20.30 Uhr, 5 x 3 Ustd.
3. November – 1. Dezember
Haus der VHS
52,50 € + 22 € Zusatzkosten
Prüfung am 1. Dezember 2015
Anmeldung bis zum 9. Oktober 2015

C1 Cambridge Certificate in Advanced English

Kursanmeldung nur nach Beratung!
CAE is a higher qualification in English for practical rather than academic purposes, although it is also accepted for matriculation by many higher education establishments worldwide. Our preparation courses develop sophisticated vocabulary and a high level of grammatical accuracy, and equip you to converse with educated native speakers on almost equal terms.
Prüfung am 5. Dezember
Anmeldung bis zum 15. Oktober

72253F8
Vera Babbitt
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
1 Samstag oder Sonntag nach Absprache, 6 Ustd.
14. September – 30. November
Haus der VHS
126 € + 9 € Zusatzkosten
→
Lehrbuch: "Advanced Expert CAE Third Edition "
(Pearson Longman 978 1 4479-6198-7)

72254F8
Martin Ansbro
Dienstag, 18.15 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
15. September – 1. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
105 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Ready for Advanced" (Hueber 172927-1)

C2 Cambridge Certificate of Proficiency

Kursanmeldung nur nach Beratung!
Graded up to educated native speaker competence, CPE is accepted for matriculation purposes by universities in many English-speaking countries. Our preparation course develops sophisticated speaking and listening skills, perceptive reading, and the ability to write expressively and accurately on complex subjects.
Prüfung am 3. Dezember 2015
Anmeldung bis zum 9. Oktober 2015
Lehrbuch: "Proficiency Expert"
(Pearson 978-1-4479-3759-3)

72256F8
Martin Ansbro
Montag, 18.30 – 21 Uhr, 10 x 3 Ustd.
14. September – 30. November
Haus der VHS
105 € + 9 € Zusatzkosten

C1 C2 TOEFL

Kursanmeldung nur nach Beratung!
The Test of English as a Foreign Language is required for matriculation by many American and German colleges and universities.
See *www.ets.org/toefl* for details.
Our seminar, with authentic practice tests on the computer, focuses on the exam format and effective ways of tackling the tasks, and gives immediate feedback on the writing and speaking parts. You will also get advice on common problems and errors and how to avoid them, but the seminar is not a substitute for in-depth language study.
Please do the VHS 'Einstufungstest' and consult the English department before you commit to the course or register for the test!

72258F8
Martin Ansbro
Samstag, 9 – 15.15 Uhr, 3 x 8 Ustd.
7. – 21. November
Haus der VHS
84 € + 24 € Zusatzkosten

ENGLISCH FÜR DEN BERUF

In fast jedem Wirtschaftsberuf heutzutage, sei es im Sekretariat, im Dienstleistungssektor, im Verkauf oder Vertrieb, werden gute Englischkenntnisse verlangt. Auch Geschäftsreisen ins Ausland zählen zum Alltag für Führungskräfte, Techniker, Kaufleute…
Wir helfen Ihnen, einen professionellen Eindruck auf Englisch zu machen!
Unsere Stärken:
- *praxisbezogenes, systematisches und lebendiges Lernen*
- *moderne Lernmaterialien und Methoden*
- *kompetente, engagierte und qualifizierte DozentInnen mit einschlägiger Wirtschaftserfahrung*
- *ausführliche Beratung und Betreuung*
- *vernünftige Preise, Ermäßigungen möglich*

A1+ 'English at Work'

Wenn Ihr Interesse am Englischlernen hauptsächlich beruflich ist, sind Sie in diesem Kurs sehr gut aufgehoben: Auf einfachstem Niveau erlernen Sie die Welt- und Wirtschaftssprache Englisch im professionellen Kontext. Wortschatz, Strukturen und Übungen in dem modernen, sehr praxisbezogenen Lehrwerks sind relevant und nützlich für den beruflichen Alltag. So kommen Sie schnell zur direkt anwendbaren Kenntnissen und Kompetenzen, die Ihren Arbeitshorizont erweitern.
Lehrbuch: "in company 3.0 Starter"
(Macmillan/Hueber 978-3-19-172981-3

72260F8
Latif al Hadad
Samstag, 9 – 14 Uhr, 6 x 6 Ustd.
7. November – 19. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
126 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

A2 Business English Weekend

Ihre allgemeinen Englischkenntnisse reichen für E-Mails, Anrufe oder Besuch auf Englisch bei der Arbeit nicht aus? Sie möchten Ihren regelmäßigen Englischkurs mit berufsrelevantem Wortschatz und nützlichen Redewendungen ergänzen?
Wir helfen! – mit einer Fülle von praxisbezogenen Aktivitäten, die Ihnen das Handwerkszeug für mehr sprachliche Sicherheit im Berufsalltag geben.
Auf Wunsch kann ein regelmäßiger Kurs eingerichtet werden.

72261F8
Richard Ross
Samstag + Sonntag, 10.30 – 16.15 Uhr, 2 x 7 Ustd.
26. + 27. September
Haus der VHS
49 € + 10 € Zusatzkosten

72262F8
Richard Ross
Samstag + Sonntag, 10.30 – 16.15 Uhr, 2 x 7 Ustd.
7. + 8. November
Haus der VHS
49 € + 10 € Zusatzkosten

B1 Business Basics

Kursanmeldung nur nach Beratung!
Maximale Teilnehmerzahl: 12
Diese Workshopreihe richtet sich an TeilnehmerInnen, deren Englisch im Beruf nicht mehr ausreicht, und baut eine sichere Basis für den englischsprachigen Teil des beruflichen Alltags auf. Sie werden den ganzen Vormittag in ein englischsprachiges Umfeld eintauchen, und durch eine Vielfalt von authentischen und praxisrelevanten Aktivitäten Ihr Englisch schnell und dauerhaft beleben. Empfehlungen für privates Grammatik- und Wortschatzlernen unterstützen die praktische Arbeit in der Gruppe.
Lernmaterial zum Selbstkostenpreis
Die Kurse bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln belegt werden. Themen sind:
Basics 1: Welcoming and introducing, company organisation and company presentation, telephoning and e-mailing, making arrangements, language for discussions and meetings.
Basics 2: Language for more complex discussions and meetings, negotiations, interview training and job applications, product, service and process descriptions, presentations.
Basics 3: Authentic business merger simulation, including all activities from Basics 1 & 2, with extra coaching on intercultural skills and language sensitivity. →

→
Basics 1
72263F8
Vera Babbitt
Samstag, 9 – 14 Uhr, 4 x 6 Ustd.
19. September – 17. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
108 € + 10 € Zusatzkosten

Basics 2
72264F8
Vera Babbitt
Samstag, 9 – 14 Uhr, 4 x 6 Ustd.
14. November – 5. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
108 € + 10 € Zusatzkosten

Basics 3
72265F8
Vera Babbitt
Samstag, 9 – 14 Uhr, 4 x 6 Ustd.
16. Januar – 6. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
108 € + 10 € Zusatzkosten

B1 Lower Intermediate Professional English

Kursanmeldung nur nach Beratung!
Dieser Kurs bietet beständigen und praxisbezogenen Ausbau der Sprachfähigkeiten und die Übung des sicheren Umgangs mit englischsprachigen Geschäftspartnern und KollegInnen. Sowohl Themen der Grammatik und des professionellen Vokabulars als auch der interkulturellen Kommunikation werden anhand vieler praktischer Übungen ausführlich behandelt.
Der Kursinhalt ist relevant für die Cambridge BEC Preliminary Prüfung.
Prüfung am am 21. November 2015
Anmeldung bis zum 2. Oktober 2015
Lehrbuch: "In Company 3.0 Intermediate"
Students Book (Macmillian 978-3-19-432981-2)

72267F8
Chris Rehm
Dienstag, 18.30 – 20.45 Uhr, 12 x 3 Ustd.
22. September – 22. Dezember
Haus der VHS
126 € + 9 € Zusatzkosten

OmU-Woche im Apollo-Kino Linden
siehe Seite 198

B1 / B2 Business English Easy Conversation

Improve your professional communication skills in an informal workshop setting with the guidance and encouragement of a teacher from the real business world, and feel more at ease – and be more creative and effective – with English-speaking colleagues and partners.

72268F8
Chris Rehm
Donnerstag, 18 – 20.30 Uhr, 7 x 3 Ustd.
5. November – 17. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
73,50 € + 10 € Zusatzkosten

B2 Intermediate Professional English

Kursanmeldung nur nach Beratung!
This course develops professional vocabulary and strategies to enable you to perform with confidence in English-speaking business contexts: presenting yourself and your company, discussing products, ideas and projects, socialising and cultivating professional relationships.
The course content is relevant to the Cambridge BEC Vantage examination.
Prüfung am 28. November 2015
Anmeldung bis zum 2. Oktober 2015
Lehrbuch wird im Unterricht bekannt gegeben

72270F8
Gervais Harry
Dienstag, 18.30 – 20.45 Uhr, 12 x 3 Ustd.
22. September – 22. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
126 € + 9 € Zusatzkosten

C1 Advanced Business Conversation

Kursanmeldung nur nach Beratung!
This course equips you to communicate effectively in most professional situations: finding and getting acquainted with business partners, developing and discussing products, strategies and projects, and pursuing your business aims in a variety of cultural contexts.

72271F8
Vera Babbitt
Dienstag, 18.30 – 20.45 Uhr, 12 x 3 Ustd.
22. September – 22. Dezember
Haus der VHS
126 € + 9 € Zusatzkosten

ENGLISCH FÜR SENIOREN

Enkel in den USA? Freunde in England? Besuch aus Australien? Reiselust? Geistig fit bleiben? Alltagsbereicherung? Neuer Bekanntenkreis gesucht? Die Gründe, einen Englischkurs für Senioren zu besuchen sind so vielfältig und interessant wie unsere Kurse! Sie werden bei uns pfiffige und freundliche Mitlernende und Lehrende finden.

Kurse für AnfängerInnen

"Hello, my name's…"
Englisch ganz von Vorne! Sie werden auf sanfte Weise die Grundlagen der englischen Sprache kennen lernen und einfache Situationen üben. Wenn Sie schon einmal Englisch gelernt haben, auch wenn dieses Jahre zurückliegt und Sie vieles vergessen haben, ist ein Anfängerkurs für Sie nicht geeignet, aber vielleicht unsere Auffrischungskurse auf A1 oder sogar A2 Niveau?
Wir beraten Sie gern!

Anfängerkurs 1. Semester

72300F8
Leyla Mortazavi
Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 7 x 3 Ustd.
5. November – 17. Dezember
Haus der VHS
52,50 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "At your Leisure" (Hueber 9599-5)

Anfängerkurs 3. Semester

72301F8
Ulrike Pust
Freitag, 9.30 – 12 Uhr, 13 x 3 Ustd.
11. September – 18. Dezember
Haus der VHS
90 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway A1" with workbook (Oxford 4716437) ab Lektion 7

A1.2 Festigung und Wiederholung

72302F8
Birgit Feriduni
Mittwoch, 8.30 – 11 Uhr, 13 x 3 Ustd.
9. September – 16. Dezember
Haus der VHS
97,50 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway A1" with workbook (Oxford 4716437) ab Lektion 8

A1 Kurs für WiedereinsteigerInnen

Wenn Sie vor langer Zeit mehrere Englischkurse gemacht haben und jetzt wieder von vorne anfangen möchten sind Sie kein/e Anfänger/in sondern hier besser aufgehoben: Sie werden einfache Grammatik festigen, längst unbenutzte Vokabeln in alltäglichen Zusammenhang üben und sich wieder sicher auf Englisch fühlen.

2. Semester

72308F8
Ulrike Wildhagen
Montag, 15.45 – 17.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Great" A1 (Klett 501480) ab Lekt. 2 – 3

A2 Standardkurs

Diese Kurse sind für Sie richtig, wenn Sie sich auf Englisch im Ausland mit einfachen Dingen schon zurechtfinden, obwohl Sie noch Fehler machen. In jedem Fall ist eine Beratung sinnvoll, da die Kurse unterschiedliche Ansätze haben.

72310F8
Ulrike Wildhagen
Montag, 14 – 15.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway A2" (Oxford 978-0194741316)

72314F8
Annakiska Exum-José
Mittwoch, 10.45 – 12.15 Uhr, 13 x 2 Ustd.
9. September – 16. Dezember
Haus der VHS
65 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway A2" with workbook (Oxford 4716499) ab Lektion 6 (Wiederholung)

72315F8
Annakiska Exum-José
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
10. September – 17. Dezember
Haus der VHS
65 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway A2" with workbook (Oxford 4716499) ab Lektion 8

72316F8
Annakiska Exum-José
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 13 x 2 Ustd.
10. September – 17. Dezember
Haus der VHS
65 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway A2" with workbook (Oxford 4716499) ab Lektion 8

A2 Aufbaukurs

Sie haben mehrere A2 Kursen besucht oder Englisch sich selbst beigebracht mit z. B. Lernsoftware – aber irgendwie hakt es mit der Praxis: Sie möchten die Hemmschwelle überwinden? Ihre Spontanität verbessern? Die praktischen Sachen des Alltags auf Englisch gut bewältigen? Ohne Buch, dafür mit viel Spaß und guter Laune, bietet dieser Kurs eine Fülle von lebendigen Sprechaktivitäten und -Übungen, die Ihre eher passive Englischkenntnisse auf Vordermann bringen.

72317F8

Gudrun Wedlich
Montag, 16.15 – 17.45 Uhr, 8 x 2 Ustd.
2. November – 21. Dezember
Haus der VHS
40 € + 10 € Zusatzkosten

A2 The Very Easy Book Club

In diesem Kurs lesen wir – in vereinfachter Form – beliebte englische Klassiker. Wir werden die Lektüre Kapitel für Kapitel bearbeiten, uns inhaltliche Fragen stellen und dabei natürlich Aussprache, Wortschatz und Grammatik verbessern und erweitern.

72318F8

Rixte Bandmann
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
60 € + 9 € Zusatzkosten
Buch: Buch: "A Christmas Carol"
(Deisterweg Verlag 3-425-03087-6) "

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

A2 Auffrischungskurs für Senioren

Vielen sagen bei der Kursberatung: „Ich hatte damals x Jahre in der Schule, aber ALLES VERGESSEN!" Dies stimmt sehr selten, und wenn Sie Ihre (damals ganz passablen) Englischkenntnissen wiederbeleben möchten, sind Sie in einem Anfängerkurs nicht gut aufgehoben sondern wahrscheinlich hier: Sie werden die Grundstrukturen wiederholen, manche Missverständnisse aus der Schulzeit ausräumen und vor allem Sicherheit und Freude beim Sprechen entdecken. Wir beraten Sie gern!

72319F8

Rixte Bandmann
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
1. Oktober – 17. Dezember
Haus der VHS
50 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Fairway Refresher A2" (Klett 501470)

A1 A2 Englisch für reiselustige SeniorInnen

Den touristischen Alltag selbständig bewältigen? Kein Problem nach Teilnahme an diesem Kurs! Auf entspannte und unterhaltsame Weise werden ihnen die wichtigsten Vokabeln und Redewendungen vermittelt, lange verschüttete Englischkenntnisse aufgefrischt …und sie starten „sprachlich gestärkt" in den Urlaub.

72320F8

Christa Becker
Dienstag, 13.30 – 14.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
22. September – 22. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
60 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "English for Tourists"
(Cornelsen 978-3-464-03996-0) Lektionen 6 – 8

B1 Standardkurs

Wenn Sie sich auf Englisch in den meisten Alltagssituationen ganz gut verständigen können, aber manche Strukturen und Redewendungen Ihnen noch rätselhaft bleiben, sind diese Kurse richtig für Sie. In jedem Fall ist eine Beratung sinnvoll, da die Kurse unterschiedliche Ansätze haben.

72321F8

Christa Becker
Dienstag, 9.45 – 12.15 Uhr, 14 x 3 Ustd.
8. September – 22. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
105 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway B1 Part 1" (Oxford 4716550)

→

72322F8

Birgit Feriduni
Montag, 11 – 12.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway B1 Part 1" with workbook
(Oxford 4716550) ab Lektion 6

72323F8

Christiane Ziegler
Montag, 9 – 10.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Haus der VHS
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Fairway B1" (Klett 501498-5)
ab Lektion 8

72324F8

Octavia Masur
Dienstag, 9 – 10.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
8. September – 22. Dezember
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway B1 Part 2" (Oxford 4647137)
ab Lektion 5

72325F8

Leyla Mortazavi
Dienstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
8. September – 22. Dezember
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Headway English B1 Students Book Pack"
(Oxford 474139-2) ab Lektion 1

72326F8

Elisabeth Hepp
Dienstag, 9.45 – 11.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
18. August – 8. Dezember
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92
75 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "New Headway Intermediate"
(Oxford 439002-0) Wiederholung und Lektüre

72327F8

Maike Harms
Mittwoch, 9 – 10.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
9. September – 16. Dezember
Haus der VHS
65 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "A New Start" New Edition
(Cornelsen 3-8109-5741-0) Wiederholung

B1 + B2 Evergreens for Golden Oldies

"When I find myself in times of trouble, Mother Mary comes to me, speaking words of wisdom: …" We shall listen to and look at the lyrics of some great songs of the 60s and 70s by The Beatles, Genesis, Paul Simon, Sting and many more, talk about what they mean (and mean to us), remember those times and refresh our English. Bring your own favourite songs too, and let the good times roll!

72329F8
Gudrun Wedlich
Montag, 14 – 15.30 Uhr, 8 x 2 Ustd.
2. November – 21. Dezember
Haus der VHS
40 € + 10 € Zusatzkosten

B2 Conversation and Revision

If you can get around easily and get along with people well in English, but would like to improve your vocabulary and fluency, then a course at this level would answer your needs. Please consult the English department before registering, as the courses have different approaches and characters.

72330F8
Abdul Latif Al-Hadad
Dienstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
1. September – 15. Dezember
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75,60 € + 10 € Zusatzkosten
Conversation and various texts

72332F8
Elisabeth Hepp
Freitag, 11 – 12.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
25. September – 22. Januar 2016
Haus der VHS
75,60 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "New Headway Upper Intermediate" (Oxford 439396)
Revision and various texts

C1 Advanced Conversation

72338F8
Christiane Pfisterer-Wolfarth
Mittwoch, 9 – 10.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
2. September – 16. Dezember
Freizeitheim Döhren, Hildesheimerstraße 293
70,20 € + 10 € Zusatzkosten
Various texts and topics

ENGLISCH IN RICKLINGEN

A2 Standardkurs

72401F8
Rixte Bandmann
Montag, 9.30 – 11 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
70 € + 9 € Zusatzkosten
Lehrbuch: "Fairway B1" (Klett 978-3-12-501476-3)

B1 Conversation

72402F8
Ines Junck
Montag, 10 – 11.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
7. September – 21. Dezember
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
70 € + 10 € Zusatzkosten
Current events and short stories

B1 Standardkurs

72403F8
Gudrun Wedlich
Donnerstag, 16.15 – 17.45 Uhr, 14 x 2 Ustd.
3. September – 17. Dezember
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
70 € + 10 € Zusatzkosten
Lektüre, leichte Konversation, Grammatikwiederholung

B2 Conversation and Discussion

72404F8
Gudrun Wedlich
Donnerstag, 14 – 15.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
3. September – 17. Dezember
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
75,60 € + 10 € Zusatzkosten
Various texts and discussion

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Dänisch, Finnisch, Latein, Norwegisch, Portugiesisch, Schwedisch, Spanisch

Iris Grallert
SPRECHSTUNDEN Dienstag, 11.30 – 13 und 16 – 18 Uhr und Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
TEL 168-46858 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage
E-MAIL iris.grallert@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Michaela Rybka
TEL 168-44790 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 126, 1. Etage
E-MAIL michaela.rybka@hannover-stadt.de

STUDIENLEITUNG Bente Liedtke

FINNISCH

A1 Finnisch I
„Yksi, kaksi, kolme“, Band 1
Dr. Ute Hempen Verlag 3-944312-12-5
ab Lektion 1

77301Y8
Paula Linke
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 10 x 2 Ustd.
1. Oktober – 17. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 22
50 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Finnisch II
„Yksi, kaksi, kolme“, Band 1
Dr. Ute Hempen Verlag 3-944312-12-5
ab Lektion 7

77302Y8
Paula Linke
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Finnisch III
„Yksi, kaksi, kolme“, Band I
Dr. Ute Hempen Verlag 3-934106-23-4
ab Lektion 12

77303Y8
Paula Linke
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Finnisch für Fortgeschrittene

77304Y8
Paula Linke
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

Hinweis zu den kleinen Sprachbereichen
siehe Seite 140

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

Wir sind umgezogen!

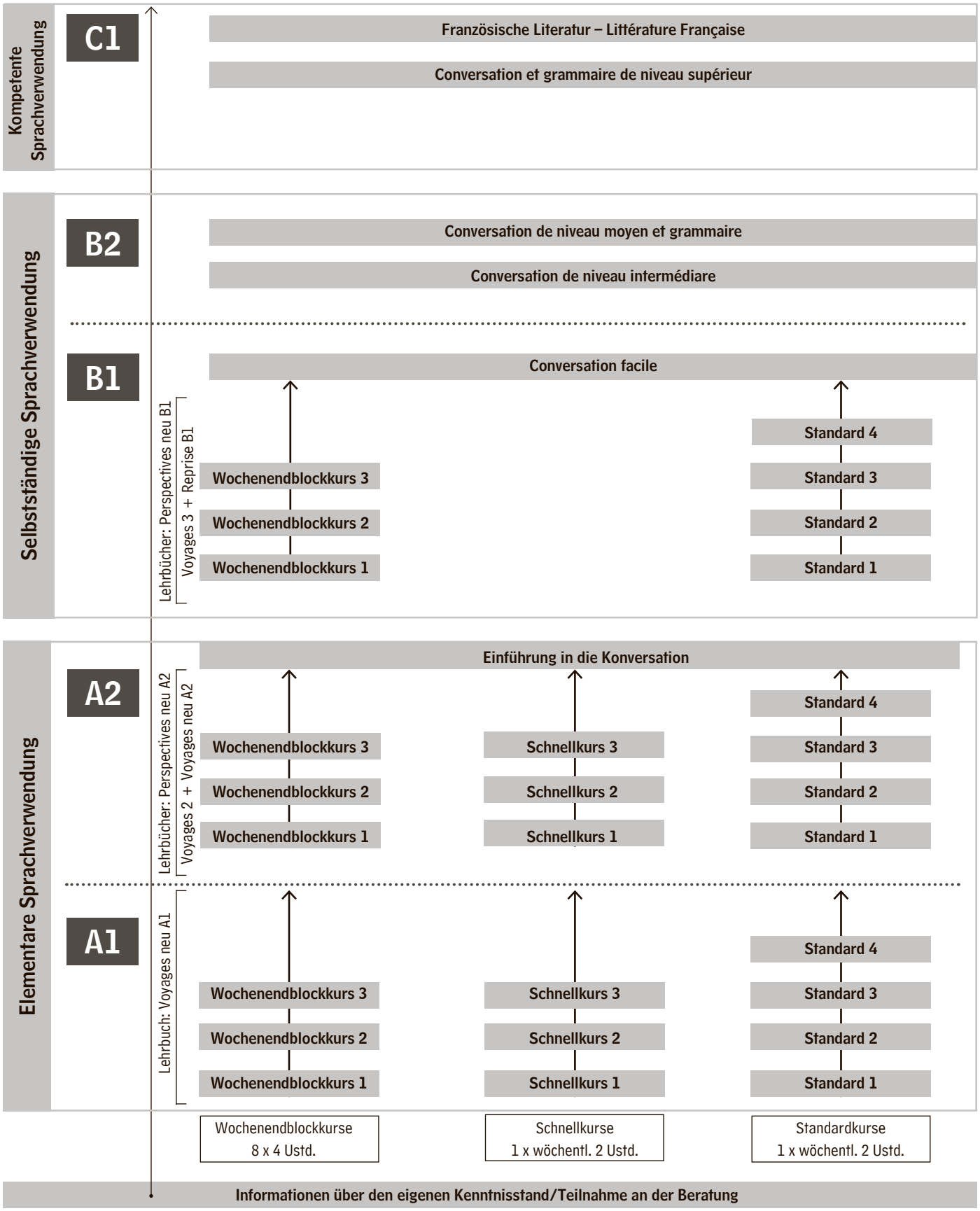
DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

UNSER ANGEBOT IN FRANZÖSISCH

Gliederung der Französischkurse nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)

Kompetenzstufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens



LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Anne Guilaine André
SPRECHSTUNDE Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 Uhr und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum 125, 1. Etage
E-MAIL anneguilaine.andre@hannover-stadt.de

STUDIENLEITUNG Nicole Landmann
SPRECHSTUNDE Donnerstag, 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)

SACHBEARBEITUNG Michaela Rybka
TEL 168-44790 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 126, 1. Etage
E-MAIL michaela.rybka@hannover-stadt.de

FRANZÖSISCH

Bevor Sie sich für einen Französischkurs anmelden, sollten Sie an einer kostenlosen Beratung teilnehmen. Dieser Weg erspart Ihnen viel Zeit und Geld, weil durch die gründliche Beratung ein Leerlauf in Ihrer Weiterbildung vermieden wird. Die Beratung für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen erfolgt in der Regel nach Vorlage des zu Hause oder in der Volkshochschule durchgeführten Einstufungstests. Der Einstufungstest dauert ca. 40 Minuten.
Die Testunterlagen können Sie auch aus dem Internet unter *www.vhs-hannover.de* herunterladen. Auswertung und Beratung bieten wir zu folgenden Zeiten an:
ab Montag, 7. September
bis Freitag, 11. September 2015
Montag – Freitag, 10 – 13 Uhr
Dienstag und Donnerstag, 16 – 18 Uhr
Danach zu den o. g. Sprechzeiten.

FRANZÖSISCH SPEZIALKURSE

Wochenendveranstaltung
A1 Französisch für die Reise
Nur für TeilnehmerInnen **ohne Vorkenntnisse!**
Nach nur 12 Unterrichtsstunden in der französischen Sprache können Sie die typischen Urlaubssituationen bewältigen, wie z. B. beim Einkaufen, bei der Ferienhausanmietung, zu Besuch bei Freunden. Sie lernen das französische Alphabet, die Aussprache und die französischen Zahlen. Die Kursleiterin, die Französisch als Muttersprache spricht, vermittelt nützliche Ausdrücke und Redewendungen für viele Situationen, verbunden mit landeskundlichen Informationen.

73001C8
Marie-Claude Stehr
Freitag, 18 – 21.15 Uhr
Samstag, 9 – 16.30 Uhr, 12 Ustd.
13./14. November
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

Wochenendveranstaltung
ab Ende **A2 Ça c'est Paris!**
Vous avez déjà de bonnes connaissances en français et voulez faire un séjour dans la capitale française? Pour bien profiter de votre visite, vous voulez vous préparer. En plus d'informations pratiques sur les moyens de transports ou sur les façons d'éviter les files d'attente aux musées, nous découvrirons chaque soir un nouvel aspect de la Ville Lumière.

73002C8
Emmanuelle Aupest
Freitag, 18 – 20.30 Uhr
Samstag, 10 – 13.15 Uhr, 7 Ustd.
6./7. November
Haus der VHS
19,60 € + 5,50 € Zusatzkosten

ab **A2 Le français par le théâtre**
Spielend Französisch lernen!
Mit Improvisation, Sprachübungen, Rollenspiel und Textarbeit zu Small Talk, Charme und Kultur werden Sie lebendigen Kontakt zur französischen Sprache finden. Mit Methoden aus dem Theatertraining üben Sie Akzent, Intonation und Rhythmus richtig einzusetzen.
Die abwechslungsreichen Aktivitäten werden Ihre Selbstsicherheit und sprachliche Flexibilität fördern. Sprachhemmungen werden abgebaut. Erfahren Sie so Anregungen, erleben Sie Spontaneität und entwickeln Sie Ihre Kreativität!

73003C8
Sandrine Van Moë Dauvice
Freitag, 18 – 21.15 Uhr
Samstag, 9 – 16.30 Uhr, 12 Ustd.
9./10. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
33,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

OmU-Woche im Apollo-Kino Linden
siehe Seite 198

DER BESONDERE SERVICE

Möchten Sie benachrichtigt werden, wenn **KULTURVERANSTALTUNGEN** auf Französisch/über Frankreich in Hannover stattfinden? Dann schicken Sie eine E-Mail an:
anneguilaine.andre@hannover-stadt.de
Wir nehmen Sie in unseren Verteiler auf und informieren Sie per Mail über interessante Veranstaltungen (Lesung, Konzert, Ausstellung...)

KURSANGEBOT FRANZÖSISCH
Die folgenden Kurse sind Abschnitte auf dem Weg zum Europäischen Sprachenzertifikat Französisch bzw. der DELF Prüfungen nach GER A1 bis B2 (siehe Seite 170). Die einzelnen Lehrabschnitte sind also Teilstücke eines Gesamtkurses. Es liegt aber in Ihrem freien Ermessen, ob Sie die einzelnen Lehrabschnitte bis zur letzten Stufe besuchen wollen, denn der Erwerb des Zertifikats bzw. der DELF Prüfungen nach GER A1 bis B2 ist freiwillig. In allen Kursen steht der aktive Gebrauch der in Alltagssituationen verwendeten Umgangssprache im Vordergrund.

Bitte beachten Sie, dass die Lektionsangabe ohne Gewähr ist. Für nähere Informationen rufen Sie uns bitte an.

FRANZÖSISCH WOCHENENDBLOCKKURSE
Eine ganze Stufe in einem Semester!
Am schnellsten lernen Sie in **Wochenendblockkursen,** denn jeder Block beträgt 32 Unterrichtsstunden an vier aufeinander folgenden Wochenenden. Wenn Sie also zügig eine ganze Niveaustufe und ein komplettes Buch abschließen möchten, sind diese Kurse das Richtige für Sie!

A1 Wochenendblockkurs 1
„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 1

73004C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
9./10., 16./17. Oktober
6./7., 13./14. November
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Wochenendblockkurs 2
„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 5

73005C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
27./28. November
4./5., 11./12., 18./19. Dezember
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Wochenendblockkurs 3
„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 9

73006C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
15./16., 22./23. Januar 2016
5./6., 12./13. Februar 2016
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Wochenendblockkurs 1
„Voyages neu A2“, Klett 3-12-529422-6
ab Unité 1

73007C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
9./10., 16./17. Oktober
6./7., 13./14. November
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Wochenendblockkurs 2
„Voyages neu A2“, Klett 3-12-529422-6
ab Unité 5

73008C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
27./28. November
4./5., 11./12., 18./19. Dezember
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Wochenendblockkurs 3
„Voyages neu A2“, Klett 3-12-529422-6
ab Unité 9

73009C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
15./16., 22./23. Januar 2016
5./6., 12./13. Februar 2016
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Wochenendblockkurs 1
Konversation und Grammatik
Für TeilnehmerInnen der Stufe B1, die Lust haben, auf Französisch zu sprechen und nebenbei ihre Grammatik zu verbessern.
„Reprise B1“, Hueber 3-19-003380-5

73010C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
18./19., 25./26. September
9./10., 16./17. Oktober
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Wochenendblockkurs 2
Konversation und Grammatik
Für TeilnehmerInnen der Stufe B1, die Lust haben, auf Französisch zu sprechen und nebenbei ihre Grammatik zu verbessern.
„Reprise B1“, Hueber 3-19-003380-5

73011C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
6./7., 13./14., 20./21., 27./28. November
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Wochenendblockkurs 3
Konversation und Grammatik
Für TeilnehmerInnen der Stufe B1, die Lust haben, auf Französisch zu sprechen und nebenbei ihre Grammatik zu verbessern.
„Reprise B1“, Hueber 3-19-003380-5

73012C8
Dozententeam
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 8 x 4 Ustd.
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
11./.12., 18./19. Dezember
8./9., 15./16. Januar 2016
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

Kuturwandler **Des notes et des mots** am 14. Oktober siehe Seite 134

LA FOIRE AUX LIVRES

FRANZÖSISCHER BÜCHERFLOHMARKT

In Zusammenarbeit mit dem Carrefour Francophone und der Deutsch-Französischen Gesellschaft lädt Sie die Volkshochschule Hannover zu unserem jährlichen französischen Bücherflohmarkt ein. Wenn Sie französische Bücher, CDs oder Filme zu verkaufen haben oder Platz in Ihrer Bibliothek schaffen wollen, können Sie einen Tisch bei uns reservieren. (Nur Gebrauchtbücher! Kein gewerblicher Verkauf!) Suchen Sie Ihre nächste Lektüre?
Viel Spaß beim Stöbern!

TERMIN
Samstag, **14. November**, 14 – 17 Uhr
Haus der VHS

FRANZÖSISCH STANDARD- UND SCHNELLKURSE

Die **Standardkurse** unterscheiden sich von den **Schnellkursen** im Aufbau und Lerntempo: In der Regel wird ein Band bei den Standardkursen in 4 Semestern und bei den Schnellkursen in 3 Semestern durchgenommen.
Bitte beachten Sie, dass die Lektionsangabe ohne Gewähr ist. Für nähere Informationen rufen Sie uns bitte an.

A1 Standardkurs 1

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 1

73013C8
Véronique Sparacello
Mittwoch, 14.30 –16 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

73014C8
Sakine Isik
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
30. September – 27. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
65 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs 1

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 1

73015C8
Valentin Larry
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
2. November – 25. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
55 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs 2

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7

ab Unité 3
73016C8
Ghislaine von Mettenheim
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
84 € + 9 € Zusatzkosten

ab Unité 5
73017C8
Rachel Roth
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs 2

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 4

73018C8
Sandrine Van Moë Dauvice
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs 3

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7

ab Unité 7
73019C8
Rachel Roth
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
84 € + 9 € Zusatzkosten

ab Unité 9
73020C8
Cédric Payri
Dienstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs 3

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 9

73021C8
Cédric Payri
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs 4

„Voyages neu A1“, Klett 3-12-529412-7
ab Unité 10

73022C8
Anne-Marie Kaiser
Montag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

LERNEN AM PC

Lust auf ein etwas anderes Lernen? Dann probieren Sie es doch einmal mit unserer Sprachlernsoftware „Französisch“ im VHS-Lernzentrum Linden.
Sie würden gerne mehr dazu erfahren? Nähere Informationen bekommen Sie auf Seite 231 oder unter Tel. 168-49682. Wir freuen uns auf Sie!

A1 Wiederholung

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die bereits einen Anfängerkurs auf Niveau A1 abgeschlossen haben und ihre Kenntnisse festigen möchten, bevor sie in einen A2-Kurs einsteigen, sowie an TeilnehmerInnen, die früher schon einmal Französisch bis zum Niveau A1 gelernt haben und jetzt ihre Grundkenntnisse auffrischen möchten.

„Intermezzo Französisch A1“,
Hueber 3-19-109600-7

73023C8
Véronique Sparacello
Mittwoch, 16.15 – 17.45 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs 1

„Perspectives neu A2“, Cornelsen 3-06-520162-9
ab Unité 1

73024C8
Ghislaine von Mettenheim
Mittwoch, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92
84 € + 9 € Zusatzkosten

„Voyages neu A2“, Klett 3-12-529422-6
ab Unité 1

73046C8
Valentin Larry
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Schnellkurs 2

„Voyages neu A2“, Klett 3-12-529422-6
ab Unité 5

73025C8
Cédric Payri
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs 3

„Perspectives neu A2“, Cornelsen 3-06-520162-9
ab Unité 6

73026C8
Ghislaine von Mettenheim
Mittwoch, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs 4

„Perspectives neu A2“, Cornelsen 3-06-520162-9
ab Unité 10

73027C8
Emmanuelle Aupest
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

„Voyages 2“, Klett 3-12-529204-8
ab Unité 10

73028C8
Emmanuelle Aupest
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Einführung in die Konversation

Mit einfacher Lektüre und Wiederholung der Grammatik.
Die Lektüre wird im Unterricht bekannt gegeben.

73029C8
Nicole Landmann
Mittwoch, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

73030C8
Catherine Ebert
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

73031C8
Catherine Ebert
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs 3

„Voyages 3“, Klett 3-12-529280-2
ab Unité 7

73032C8
Sandrine Van Moë Dauvice
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Conversation facile

In leichter Konversation können Sie Ihre Kenntnisse festigen und erweitern.
Lecture: Choix de textes divers.

73033C8
Anne-Marie Kaiser
Montag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

73034C8
Catherine Ebert
Mittwoch, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

„Reprise B1“, Hueber 3-19-003380-5 ab Unité 4

73035C8
Ghislaine von Mettenheim
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

73036C8
Nicole Landmann
Mittwoch, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

73037C8
Nicole Landmann
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75 € + 9 € Zusatzkosten

73038C8
Anne-Marie Kaiser
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

DELF –
DIPLÔME D'ETUDES EN LANGUE FRANÇAISE
Das Diplôme d'Études en Langue Française, das das französische Erziehungsministerium vergibt, ist ein offizielles Zertifikat mit internationalem Wert zum Nachweis französischer Sprachkenntnisse bei öffentlichen und privaten Institutionen. Das DELF orientiert sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen. Die Prüfungen zum Erwerb des Diploms werden in vier Schwierigkeitsgraden angeboten: A1, A2, B1 und B2. Diese Prüfungen bauen zwar aufeinander auf, können aber unabhängig voneinander abgelegt werden. In allen Prüfungen, also auf allen Niveaustufen werden alle vier Fertigkeiten – Hörverstehen, Leseverstehen, schriftlicher und mündlicher Ausdruck – geprüft.

Die Prüfungen werden vom Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V., Bödekerstraße 16, 30161 Hannover, **TEL** (0511) 300330-71 durchgeführt und abgenommen.

INFORMATIONEN UND TERMINE
www.vhs-nds.de.
(Anmeldung beim Landesverband der VHS!)

B2 Cours de perfectionnement

Ces cours sont prévus pour des participants qui disposent déjà d'une connaissance convenable du français et qui désirent améliorer leur pratique orale et écrite.
Höchstteilnehmerzahl: 15
Anmeldung nur nach Beratung!

B2 Conversation – Cours de niveau intermédiaire

Conversation de tous les jours - exercices de grammaire et de vocabulaire - lecture de textes littéraires et de la presse.

73039C8
Magalie Feuillet-Natt
Montag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
81 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

B2 Conversation de niveau moyen et grammaire à la carte

Ces cours demandent une participation active de chacun à une discussion sur un thème choisi. Au programme : étude de textes français tirés de la presse, de la littérature, de chansons, révisions lexicales et grammaticales. Lecture: Choix de textes actuels.

73040C8
Cédric Payri
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
81 € + 9 € Zusatzkosten

C1 Conversation de niveau supérieur

Ces cours s'adressent à des personnes possédant un bon niveau en français et demandent une participation active. Les thèmes abordés sont très variés et relèvent du domaine de l'actualité, de la civilisation, de la politique, des arts, de la littérature, de la géographie française, de l'humour etc. Lecture: Choix de textes actuels.

73041C8
Catherine Ebert
Dienstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
81 € + 9 € Zusatzkosten

73042C8
Catherine Ebert
Dienstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
81 € + 9 € Zusatzkosten

73043C8
Catherine Ebert
Mittwoch, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
81 € + 9 € Zusatzkosten

73044C8
Florence Koopmann
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
81 € + 9 € Zusatzkosten

C1 Französische Literatur – Littérature française

Ce cours propose de découvrir la littérature contemporaine d'expression française.
Nous allons lire et analyser ensemble des extraits de romans à succès, l'objectif étant d'inciter les participants à la lecture, dans la version originale, d'oeuvres qui connaissent un grand enthousiasme auprès des lecteurs français.
Thème: Littérature contemporaine (textes choisis).

73045C8
Marie-Claude Stehr
Montag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
81 € + 9 € Zusatzkosten

BILDUNGSURLAUB FRANZÖSISCH

A1 Französisch für AnfängerInnen

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.

73X01C8
Montag – Freitag
8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
29. Februar – 4. März 2016
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

A1 Französisch noch mal von vorn

Buchbar nach ca. 90 Ustd. oder drei Semestern Französisch.

73X03C8
Montag – Freitag
8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
1. – 5. Februar 2016
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

A1 Französisch mit geringen Kenntnissen

Buchbar nach ca. 30 Ustd. oder einem Semester Französisch.

73X02C8
Montag – Freitag,
8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
12. – 16. Oktober
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Mathilde Wasmeier
STUDIENLEITUNG Lilli Kloninger
SPRECHSTUNDE Donnerstag, 16 – 18 Uhr
(außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum E 24, Erdgeschoss

HINDI

Die indische Nationalsprache Hindi wird von etwa 600 Millionen Menschen (i.e. für 180 Millionen ist sie Erst- und für 480 Millionen Zweitsprache) gesprochen. Seit dem 26. Januar 1965 ist sie die Amtssprache Indiens.
Hindi benutzt dieselbe Schrift wie das Sanskrit - die Dewanagari-Schrift. Die Dewanagari-Schrift gehört zu den wenigen Schriftsystemen in der Welt, in denen die Schriftzeichen entsprechend der ‚Klassifizierung' der Laute angeordnet sind. Hindi steht an dritter Stelle der meist gesprochenen Sprachen in der Welt.

A1 Indien und die Sprache Hindi – Schnuppertag

NAMASTE! Jährlich reisen fast vier Millionen Europäer und Amerikaner nach Indien. Deren Aufenthalt dauert zwischen zwei Wochen bis einem Jahr. Ob Sportliebhaber den Nanga-Parbat bezwingen, Kulturhungrige die Höhlen von Ajanta oder Ellora besichtigen, Naturfreunde die wunderschönen Orchideen in Sikkim bewundern oder Tee-Connoisseurs den First-Flush auf den Hügeln von Assam oder Darjeeling genießen wollen, Indien hat für jeden etwas.
An diesem Tag bekommen Sie einen kompakten Einblick in die Sprache Hindi, die Kultur und die indische Denkweise. Ein Anschlusskurs ist nach Absprache mit der Dozentin möglich.

77041M8
Santosh Kesar
Samstag, 10 – 15.30 Uhr, 1 x 6 Ustd.
12. September, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
16,80 € + 5,50 € Zusatzkosten

Hinweis zu den kleinen Sprachbereichen siehe Seite 140

A1 Hindi von Anfang an

Unterrichtsmaterialien werden bekannt gegeben.

Hindi I
77045M8
Santosh Kesar
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Hindi II 77042M8
ab Donnerstag 14. Januar 2016

Hindi III
77046M8
Santosh Kesar
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
9. September – 16. Dezember (nicht am 11.11.)
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

Indische Küche siehe Seite 92

BEGEGNUNGEN MIT INDIEN

Veranstaltungen der Deutsch-Indischen Gesellschaft e. V. Zweiggesellschaft Hannover in Kooperation mit der VHS Hannover, Burgstraße 14

Beginn jeweils 19 Uhr (wenn nicht anders ausgewiesen)

Für Gäste beträgt der Eintritt 5 €, für Mitglieder und ermäßigt 3 €.

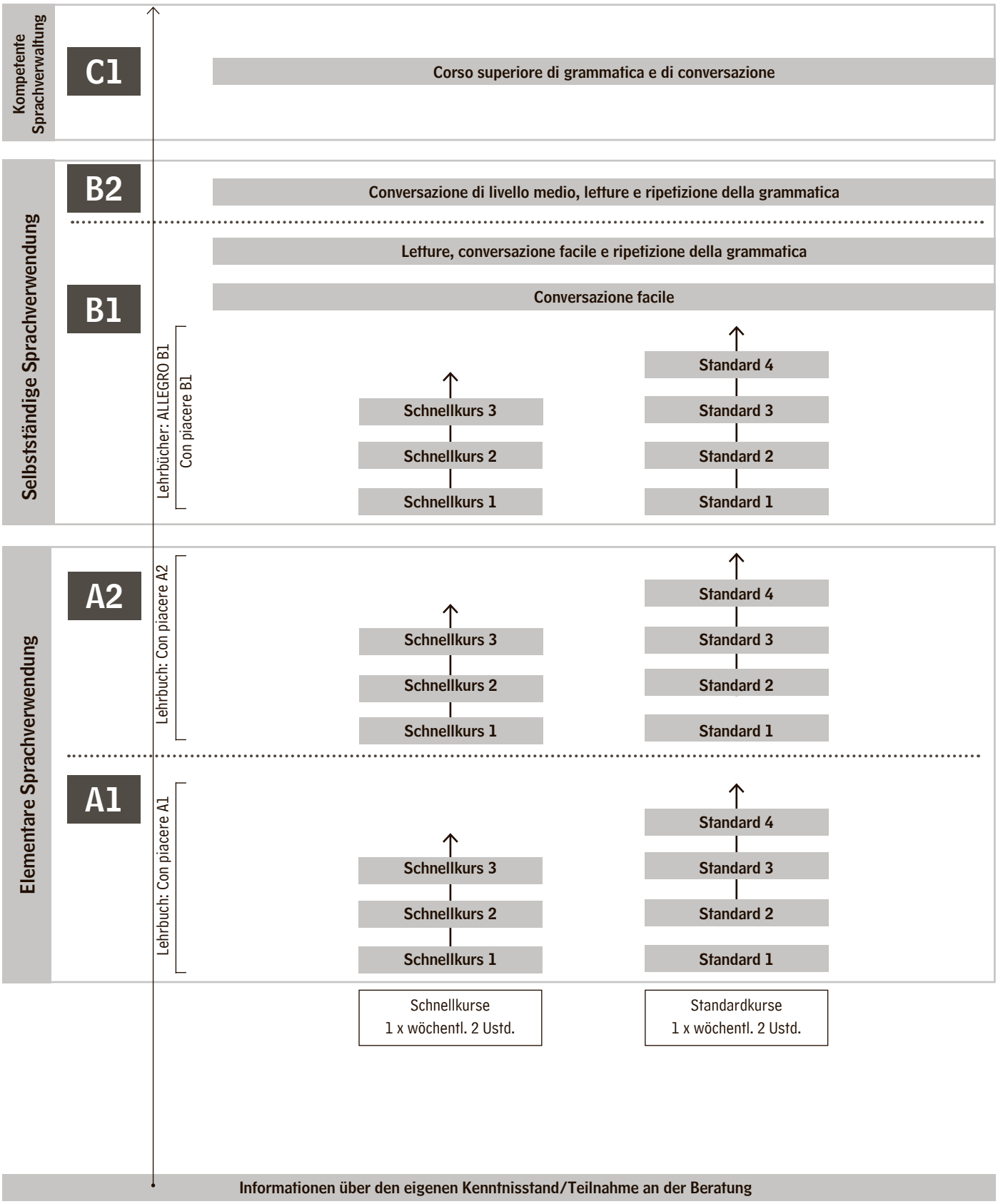
Freitag, 11. September
Birds in Indian Art and Thought
Vortrag von Rajiv Chanchani, Dehradun/Indien (in englischer Sprache mit deutscher Übersetzung)

Freitag, 9. Oktober
Die unbekannten Paläste der Dschungelkönige Orissas
Vortrag von Dr. Cornelia Mallebrein, Indologin, Universität Tübingen

Information
Mathilde Wasmeier • Tel. 168-44631 • VHS Hannover • E-Mail: *mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de*
Marion Mayer • Tel. 168-45498 • VHS Hannover • E-Mail: *marion.mayer@hannover-stadt.de*

UNSER ANGEBOT IN ITALIENISCH

Gliederung der Italienischkurse nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)



LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Anne Guilaine André
SPRECHSTUNDE Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 Uhr und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum 125, 1. Etage
E-MAIL anneguilaine.andre@hannover-stadt.de

STUDIENLEITUNG Claudia Haase
SPRECHSTUNDE Dienstag, 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)

SACHBEARBEITUNG Michaela Rybka
TEL 168-44790 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum Raum 126, 1. Etage
E-MAIL michaela.rybka@hannover-stadt.de

ITALIENISCH

ITALIENISCH SPEZIALKURSE

Wochenendveranstaltung
A1 Italienisch für die Reise
Nur für TeilnehmerInnen **ohne Vorkenntnisse!**
Nach nur 12 Unterrichtsstunden in der italienischen Sprache können Sie die typischen Urlaubssituationen bewältigen, wie z. B. im Restaurant, beim Einkaufen, zu Besuch bei Freunden. Sie lernen das italienische Alphabet, die Aussprache und die italienischen Zahlen. Die Kursleiterin, die Italienisch als Muttersprache spricht, vermittelt nützliche Ausdrücke und Redewendungen für viele Situationen, verbunden mit landeskundlichen Informationen.

74001C8
Claudia Haase
Freitag, 18 – 21.15 Uhr
Samstag, 9 – 16.30 Uhr, 12 Ustd.
20./21. November
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Wochenendveranstaltung auf Italienisch
ab A2 Reiseroute durch Italien – Itinerari alla scoperta dell'Italia
Unsere Dozentin, Irene Balla, ist Archäologin und hat in Italien als Gästeführerin gearbeitet. Mit ihr machen Sie im Unterricht eine Reise durch die wichtigsten Städte und Denkmäler Italiens und erfahren Interessantes über deren Hintergründe und Geschichte. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer ab Stufe A2, die die kulturellen Schätze Italiens zu würdigen wissen und ihre Sprachkenntnisse in diesem Bereich erweitern möchten.

74002C8
Irene Balla
Freitag, 18 – 21.15 Uhr
Samstag, 9 – 16.30 Uhr, 12 Ustd.
9./10. Oktober
Haus der VHS
33,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

Kulturwandler Sizilianische Impressionen (aus der Sicht zweier Sizilianerinnen)
am 13. November siehe Seite 134

Deutsch-Italienischer Filmabend
siehe Seite 119

Kochkurs auf Italienisch ab Stufe A2: Pasta fatta in casa siehe Seite 92

KURSANGEBOT ITALIENISCH

Die folgenden Kurse sind Abschnitte auf dem Weg zum Europäischen Sprachenzertifikat Italienisch. Die einzelnen Lehrabschnitte sind also Teilstücke eines Gesamtkurses. Es liegt aber in Ihrem freien Ermessen, ob Sie die einzelnen Lehrabschnitte bis zur letzten Stufe besuchen wollen, denn der Erwerb des Zertifikats ist freiwillig.
In den **Schnellkursen** wird der Lernstoff schneller durchgenommen als in **Standardkursen**.
Für die **Schnellkurse** sollte man also Erfahrung im Sprachenlernen haben und bereit sein, eine intensive Lernarbeit zu Hause zu leisten. Das Italienisch-Angebot ist umfangreich und sehr differenziert. Welche Stufe ist für Sie richtig? Lassen Sie sich beraten, bevor Sie sich anmelden!
Die Beratung bieten wir zu folgenden Zeiten an:
ab Montag, 7. September
bis Freitag, 11. September 2015
Montag – Freitag, 10 – 13 Uhr
Dienstag und Donnerstag, 16 – 18 Uhr
Danach zu den o. g. Sprechzeiten

Bitte beachten Sie, dass die Lektionsangabe ohne Gewähr ist. Für nähere Informationen rufen Sie uns bitte an.

A1 Standardkurs 1
„Con piacere A1", Klett 3-12-525180-9
ab Lezione 1

74003C8
Patricia Geminiani
Montag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

74004C8
Patricia Geminiani
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs 1
„Con piacere A1", Klett 3-12-525180-9
ab Lezione 1

74005C8
Patricia Geminiani
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
5. November – 21 Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
50 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs 2

„Con piacere A1“, Klett 3-12-525180-9
ab Lezione 3

74006C8

Patricia Geminiani
Montag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

74007C8

Claudia Haase
Dienstag, 9.15 – 10.45 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs 2

„Con piacere A1“, Klett 3-12-525180-9
ab Lezione 4

74008C8

Sabrina Regazzo Thoms
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

74009C8

Riccardo Nanini
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

DER BESONDERE SERVICE

Möchten Sie benachrichtigt werden, wenn **KULTURVERANSTALTUNGEN** auf Italienisch/über Italien in Hannover stattfinden?
Dann schicken Sie eine E-Mail an:
anneguilaine.andre@hannover-stadt.de
Wir nehmen Sie in unseren Verteiler auf und informieren Sie per Mail über interessante Veranstaltungen (Lesung, Konzert, Ausstellung...)

A1 Schnellkurs 3

„Con piacere A1“, Klett 3-12-525180-9
ab Lezione 7

74010C8

Marina Petronella
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5,
Eingang Turnhalle
75 € + 9 € Zusatzkosten

74011C8

Patricia Geminiani
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Wiederholung Teil 2

„Intermezzo Italienisch A1“, Hueber 3-19-209600-6
ab Lezione 4

74012C8

Corinne Petersen
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs 1

„Con piacere A2“, Klett 3-12-525183-0
ab Lezione 1

74013C8

Jessica Longo
Montag, 11 – 12.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
84 € + 9 € Zusatzkosten

74014C8

Riccardo Nanini
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Schnellkurs 3

„Con piacere A2“, Klett 3-12-525183-0

ab Lezione 6

74015C8

Claudia Haase
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

ab Lezione 7

74016C8

Marina Petronella
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs 1

„Con piacere B1“, Klett 3-12-525186-1
ab Lezione 2

74017C8

Patricia Geminiani
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs 2

„Allegro B1“, Klett 3-12-525584-5
ab Lezione 3

74018C8

Claudia Haase
Dienstag, 11 – 12.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs 3

„Con piacere B1“, Klett 3-12-525186-1
ab Lezione 5

74019C8

Leonarda del Nobile
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs 4 und Wiederholung

„Allegro B1“, Klett 3-12-525584-5
ab Lezione 10

74020C8
Giuliano Perotti
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Conversazione facile

Mit einfacher Lektüre und Wiederholung der Grammatik
„Azzurro più“, Klett 3-12-525532-6
ab Lezione 7

74021C8
Giulia Sesti Emmeluth
Dienstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

74022C8
Giuliano Perotti
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Conversazione e ripetizione della grammatica

„Con piacere B1“, Klett 3-12-525186-1
ab Lezione 4

74023C8
Giulia Sesti Emmeluth
Dienstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

B2 Conversazione di livello medio, letture e ripetizione della grammatica

74024C8
Chiara Santucci Ganzert
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
81 € + 9 € Zusatzkosten

→

→

74025C8
Leonarda del Nobile
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
81 € + 9 € Zusatzkosten

C1 Corso superiore di grammatica e di conversazione

E’un corso per coloro che desiderano approfondire le proprie conoscenze della lingua, cultura e storia italiana attraverso l’analisi, la lettura o l’ascolto di testi appositamente scelti e partecipando attivamente alla successiva discussione. In questo corso verranno anche trattati, ripetuti e approfonditi alcuni importanti capitoli della grammatica italiana.
Anmeldung nur nach Beratung.

74026C8
Chiara Santucci Ganzert
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
81 € + 9 € Zusatzkosten

EUROPÄISCHES SPRACHENZERTIFIKAT
Anmeldungen zur Prüfungen nimmt der Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V., unter Tel. 300330-71/79/53 entgegen (*www.vhs-nds.de*).
Alle Italienischkurse der Stufen A1 bis B1 bereiten auf die jeweiligen Prüfungen vor. Modelltests und weitere Informationen zum Prüfungsinhalt und -ablauf finden Sie unter *www.sprachenzertifikate.de*.

OmU-Woche im Apollo-Kino Linden
siehe Seite 198

BILDUNGSURLAUB ITALIENISCH

A1 Italienisch für AnfängerInnen

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.

74X02C8
Montag – Freitag
8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
16. – 20. November
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

74X01C8
Montag – Freitag
8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
25. – 29. Januar 2016
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

B1 Italienisch für Fortgeschrittene

Buchbar nach ca. 180 Ustd. oder sechs Semestern Italienisch.

74X06C8
Montag – Freitag
8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
7. – 11. Dezember
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

B1 Italienisch für Teilzeitkräfte

Buchbar nach ca. 240 Ustd. oder acht Semestern Italienisch.

74X05C8
Montag – Freitag
9 – 12.15 Uhr, 20 Ustd.
7. – 11. September
Haus der VHS
66 € + 3 € Materialgeld

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

DIE BESONDERE REISE

Anzeige – Keine Veranstaltung der VHS!

Sprach- und Studienreise nach Sizilien

Termin: Mai 2016

Genaue Auskünfte bei der VHS Hameln-Pyrmont:
Frau Rosa Pipitone, Tel. 05151-948223, E-Mail: *pipitone@vhs-hameln-pyrmont.de*
oder in Hannover: Frau Giulia Sesti-Emmeluth, Tel. privat 0511-562520

IWRIT

Hebräisch von Anfang an
Lernen Sie eine der ältesten Sprachen der Welt, die Sprache des alten Testaments aber auch die Sprache des modernen Staates Israel.Es wird sowohl „Alltagshebräisch“ wie es in Israel selbst gesprochen wird, als auch das „Alte Hebräisch“, das es Ihnen ermöglicht, das Alte Testament im Original zu lesen, gelehrt.
Unterrichtet wird nach dem „Ulpan System“ (Ulpan = Sprachschulen für NeueinwanderInnen in Israel), welches auf eine 60jährige Erfahrung auf diesem Gebiet zurückblicken kann und in Israel jährlich Tausenden von NeueinwanderInnen erfolgreich diese Sprache vermittelt.

IWRIT – STANDARDKURSE

Lehrbuch „Hebräisch von Anfang an“, Rachgold Verlag

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

77064M8
Dorit Schleinitz
Freitag, 16 – 17.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
25. September – 18. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Iwrit 3. Semester 77063M8
ab Freitag 15. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 6 – 7

77067M8
Dorit Schleinitz
Freitag, 19.30 – 21 Uhr, 11 x 2 Ustd.
25. September – 18. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Iwrit 5. Semester 77065M8
ab Freitag 15. Januar 2015

A1 7. Semester, Lektionen 11 – 12

77069M8
Dorit Schleinitz
Freitag, 17.45 – 19.15 Uhr, 11 x 2 Ustd.
25. September – 18. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Iwrit 8. Semester 77068M8
ab Freitag 15. Januar 2016

JAPANISCH

Weltweit wird die japanische Sprache von etwa 125 Millionen Menschen gesprochen i. e. in Japan, in den USA (Nordamerika, Hawai) und in Südamerika vor allem in Brasilien. Der genaue Ursprung der Sprache ist bis heute nicht eindeutig geklärt. Dazu trägt wohl auch die jahrtausendlange schriftlose Periode bei. Ab dem 4. Jahrhundert verstärken sich die Kontakte mit der chinesischen Kultur. So bringen japanische Mönche die chinesische Schrift und andere Kulturgüter aus China in ihr Land. *(Siehe Wikipedia)*

A1 Japan und Japanisch – Schnuppertag

„Yookoso“ – Willkommen.
An diesem Tag erhalten Sie eine Einführung und einen Einblick in die japanische Sprache, Kultur und Denkweise

77402M8
Yasuko Götte
Samstag, 10 – 15.30 Uhr, 6 Ustd.
12. September, Tagesveranstaltung
Haus der VHS
16,80 € + 5,50 € Zusatzkosten

A1 Erleben Sie Japanische Kalligraphie

Sie erfahren die Grundlagen des Shodo, der japanischen Kalligraphie, ihre Schönheit und meditative Qualität und erhalten auch einen kleinen Einblick in die japanische Kultur und Sprache.
Geplante Aktivitäten sind: Ihren Namen schreiben, kreativ schreiben, chinesische Zeichen, Tuschmalerei (Sumie), ein Haiku schreiben (Hiragana), eine Glückwunschkarte gestalten.
Die Kursleiterin bringt die erforderlichen Materialien wie Pinsel, Tinte und Papier mit.
Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt

77404M8
Chisako Kusube
Freitag, 16 – 19 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 10 – 13.45 Uhr, 2 x 5 Ustd.
13., 14. und 15. November
Haus der VHS
39,20 € + 5,50 € Zusatzkosten
+ 15 € Materialkosten

ⓘ Informationen über
Bildungsurlaub Japanisch im Jahr 2016
erhalten Sie ab November
bei Mathilde Wasmeier, Tel. 168-44631
und Marion Mayer, Tel. 168-45498

JAPANISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrbuch: „Japanisch im Sauseschritt 1“, Standardausgabe, Doitsu Center Ltd. 978-4-9900384-7-2

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 3

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

77428M8
Kaori Matsuo
Dienstag, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Japanisch 2. Semester 77412M8
ab Dienstag 12. Januar 2016

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

77429M8
N. N.
Montag, 18.15 – 19.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Japanisch 2. Semester 77413M8
ab Montag 11. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

77430M8
Chisako Kusube
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Japanisch 3. Semester 77414M8
ab Donnerstag 14. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

77431M8
Chisako Kusube
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

A1 4. Semester, Lektionen 9 – 10

77433M8

Dr. Kazuko Emura
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Japanisch 5. Semester 77417M8
ab Montag 11. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 6 – 7

77434M8

Yasuko Götte
Dienstag, 18.15 –19.45 Uhr, 7 x 2 Ustd.
3. November – 15. Dezember
Haus der VHS
39,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Japanisch 4. Semester 77418 M8
ab Dienstag 12. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 13 – 15

77435M8

Kaori Matsuo
Dienstag, 18.30 – 20 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Japanisch 6. Semester 77419M8
ab Dienstagstag 12. Januar 2016

JAPANISCH KONVERSATION
In diesem Kurs steht das Sprechen im Vordergrund. Ein weiterer Fokus ist die Vermittlung der japanischen Kultur. Vorkenntnisse in der japanischen Sprache von etwa 2 Semestern werden vorausgesetzt.

Lehrwerk: Marugoto, Katsudoo Coursebook for communicative language activities,
Japan Foundation 978-4-384-05752-2
und
Marugoto, Rikai Coursebook for communicative language cometences,
Japan Foundation 978-4-384-05753-9

A1 – A2 Japanisch Konversation 4

77436M8

Yoko Arisaka, P.D
Montag, 19.45-21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Japanisch Konversation 5 7720M8
ab Montag 11. Januar 2016

Hinweis zu den kleinen Sprachbereichen
siehe Seite 140

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG
FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

KISWAHILI

Kiswahili, so die Eigenbezeichnung – auf Deutsch Suaheli oder auch Kisuaheli –, ist eine Bantusprache, die zum Benue-Kongo-Zweig der Niger-Kongo-Sprachen gehört. Bantu ist Kongo und bedeutet Menschen. Nach über einem Jahrtausend intensiven und vielgestaltigen Kontakts mit den Sprachen des Mittleren Ostens, Arabiens, Persiens, Indiens und Chinas und nach wechselvoller Kolonialgeschichte im Sprachgebiet weist Kiswahili heute einen bedeutenden Anteil von Lehnwörtern aus einer Vielzahl von Sprachen auf, so auch aus Portugiesisch, Deutsch und Englisch. Kiswahili ist die bekannteste und als Verkehrssprache im gesamten ostafrikanischen Raum am häufigsten gesprochene Bantusprache, in Tanzania ist sie offizielle Landessprache.

A1 Ostafrika und Kiswahili – Schnuppertag

Wenn Sie wissen wollen, wie sich eine afrikanische Sprache „spricht“, und es selbst einmal ausprobieren möchten, dann kommen Sie in diesen Tageskurs. Sie bekommen Einblick in die Struktur einer Klassensprache, lernen sich zu begrüßen und vorzustellen und erfahren einiges über Land, Leute und Kultur Tanzanias. Beim Bedarf kann ein Kurs eingerichtet werden.

77093M8
Dr. Karin Dunse
Samstag, 10 – 15.30 Uhr, 6 Ustd.
7. November, Tagesveranstaltung
Haus der VHS
16,80 € + 5,50 € Zusatzkosten

KROATISCH

Die kroatische Sprache (kroatisch *hrvatski jezik*) gehört zum südslawischen Zweig der slawischen Sprachen und basiert wie Bosnisch und Serbisch auf einem štokavischen Dialekt und wird in der lateinischen Schrift geschrieben. Die Sprache wird von etwa 7 Millionen Menschen in Kroatien, Bosnien-Herzegowina, Vojvodina und in der Diaspora wie in Mitteleuropa, Amerika, Australien… gesprochen. Am 1. Juli 2013 ist Kroatien der EU beigetreten und damit ‚näher‘ an Europa gerückt. Damit wurde die kroatische Sprache 24. Amtssprache der Europäischen Union. *(Siehe auch Wikipedia)*

A1 Kroatisch in 24 Stunden

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular in der kroatischen Sprache aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen die Möglichkeit und setzt keine Kenntnisse voraus.

78285M8
Gorana Sturm
Samstag und Sonntag, 10 –15.45 Uhr, 4 x 6 Ustd.
7./8. und 14./15. November
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

KROATISCH – STANDARDKURSE

Die Kurse bauen aufeinander auf.
Lehrwerk: Lextra Kroatisch Sprachkurs Plus: Anfänger, Cornelsen Verlag 978-3- 589-02050-8

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Das Lehrwerk bitte nicht vor Kursbeginn erwerben.

78288M8
Gorana Sturm
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Kroatisch 2. Semester 78282M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 2 – 3

78289M8
Gorana Sturm
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Kroatisch 3. Semester 78283M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 6 – 7

78290M8
Gorana Sturm
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Kroatisch 6. Semester 78286M8
ab Dienstag 12 Januar 2016

Hinweis zu den kleinen Sprachbereichen
siehe Seite 140

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Iris Grallert
SPRECHSTUNDE Dienstag und Donnerstag
10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage

LATEIN

Warum Latein lernen? Neben der großen Bedeutung in Wissenschaft, Forschung und Kirche bietet uns die Sprache der „alten" Römer den Zugang zu grundlegender Literatur des Abendlandes. Zudem befinden sich in unserer Sprache viele Fremd- und Lehnwörter, die ihren Ursprung in der lateinischen Sprache haben. Neben dem klassischen Latein von Caesar und Cicero aus der Zeit um 50 v. Chr. sowie Einblicken in die Geschichte und Kultur der Römer werden Ihnen Grundbegriffe der Grammatik vermittelt, die für alle Sprachen gelten. Das erleichtert das Erlernen weiterer Sprachen und Sie werden auch die deutsche Sprache aus einem anderen Blickwinkel betrachten.
Da das Unterrichtstempo zügig ist, ist eine kontinuierliche Vor- und Nachbereitung des Stoffes erforderlich.
Der nachfolgende Aufbau unserer Kurse ist so gestaltet, dass Sie nach zweieinhalbjährigem Unterricht, das entspricht 5 Semestern, über die Kenntnisse verfügen, die zum Erwerb des „Kleinen Latinum" erforderlich sind.
Nur Kandidaten, die die allgemeine Hochschulreife innehaben oder die zur schriftlichen Abiturprüfung zugelassen sind, können die Ergänzungsprüfung zum Erwerb des „Kleinen Latinum" ablegen.
Die Anmeldung zur Prüfung muss bis vier Wochen vor dem Tag der schriftlichen Prüfung beim Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium, Seelhorststraße 52, 30175 Hannover eingegangen sein.
Weitere Informationen und das Anmeldeformular finden Sie im Internet unter *www.kwrg.de* (Jahrgänge 11 – 12, Ergänzungsprüfungen).

A1 Latein I

„Latinum Ausgabe B"
Vandenhoeck & Ruprecht 3-525-71403-4
und Grammatisches Beiheft 3-525-71401-0
ab Lektion 1

77501Y8
Nele Mareike Schweitzer
Montag, 18.30 – 21 Uhr, 10 x 3 Ustd.
2. November – 25. Januar 2016
(kein Unterricht am 21. Dezember!**)**
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Latein III

„Latinum Ausgabe B"
Vandenhoeck & Ruprecht 3-525-71403-4
und Grammatisches Beiheft 3-525-71401-0
ab Lektion 12

77502Y8
Lothar Franz
Montag, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
100,80 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Mathilde Wasmeier
SPRECHSTUNDE Dienstag und Donnerstag,
10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
TEL 168-44631 **FAX** 168-41527
E-MAIL mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum E 24, Erdgeschoss

NEUGRIECHISCH

Griechisch ist eine indo-europäische Sprache. Sie ist ein eigener Zweig in dieser Sprachfamilie. Ungefähr 16 Millionen Menschen, von denen circa 10,5 Millionen in Griechenland wohnen, sprechen diese Sprache als Muttersprache. Sie ist in Griechenland und Zypern Amtssprache. Sie entwickelt sich zur lingua franca auf der Balkan-Halbinsel. *(Siehe Wikipedia)*

NEUGRIECHISCH AM VORMITTAG
Die Kurse bauen aufeinander auf.

NEUGRIECHISCH FÜR FORTGESCHRITTENE
Lehrbuch: „Epikoinoniste Ellinika 2"
Zambon Verlag 978-960- 8464-14-8

B1 – B2 Neugriechisch für Fortgeschrittene, Auffrischungskurs

Kurs X
77007M8
Sofia Tassioula-Muschik
Montag, 9 – 10.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
28. September – 14. Dezember
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
56 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Neugriechisch für Fortgeschrittene, Auffrischungskurs III 77003M8
ab Montag 11. Januar 2016

NEUGRIECHISCH – STANDARDKURSE
Lehrwerk: „Pame!" A1
Hueber Verlag 978-3-19-005404-6

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 3

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

77020M8
Maria Chrysanthou
Mittwoch, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Neugriechisch 2. Semester 77012M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen, 2 - 3

77022M8
Aristi Dimou
Dienstag, 18.30 – 20 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
... Folgekurs Neugriechisch 3. Semester 77013M8 ab Dienstag 12. Januar 2016

Lehrwerk: „Jassu !“
Klett Verlag 978-3-12-528890-4

A2 7. Semester, Lektionen, 9 – 10

77023M8
Aristi Dimou
Dienstag, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
... Folgekurs Neugriechisch 8. Semester 77018M8 ab Dienstag 12. Januar 2016

NEUGRIECHISCH FÜR FORTGESCHRITTENE
Für TeilnehmerInnen, die sich Grundkenntnisse erarbeitet haben und ihre Fertigkeiten erweitern möchten.

Lehrbuch: „Epikoinoniste Ellinika 2“
Zambon Verlag 978-960-8464-14-8

B1 Neugriechisch für Fortgeschrittene

77024M8
Aristi Dimou
Donnerstag, 18.30 – 20 Uhr, 10 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
... Folgekurs Neugriechisch für Fortgeschrittene 77020M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

BEGEGNUNGEN MIT GRIECHENLAND

Veranstaltungen der Deutsch-Griechischen Gesellschaft Hannover e. V. in Kooperation mit der VHS Hannover, Burgstraße 14

Beginn jeweils 19.30 Uhr

Donnerstag, 10. September
Archäologische Spaziergänge in Griechenland
Die Wiedereröffnung der Schule des Aristoteles in Athen (Lykeion) – Historische Entwicklung von der Antike bis in die frühe Neuzeit • Vortrag von Eleftheria Wollny M.A., Bonn

Donnerstag, 1. Oktober
Heimathafen Hellas
Lesung von Andreas Deffner, Potsdam

Musikveranstaltung
Donnerstag, 3. Dezember
Musikreihe zum Rebetiko, Teil 1: Yorgos Mitsakis: Der Lehrer
Konzert mit der Musikgruppe „Mandragoras“, Hannover

Donnerstag, 14. Januar 2016
Die Frage der griechischen Reparationsforderungen gegenüber Deutschland aus der Zeit des Zweiten Weltkriegs
Lichtbildervortrag von Loukas Lymperopoulos, Delphi/Hamburg

Eintritt Mitglieder 2 €, für Gäste beträgt der Eintritt 4 €.
Eintritt für Musikveranstaltungen: Mitglieder 6 €, Gäste 8 €

Information
Mathilde Wasmeier • Tel. 168-44631 • VHS Hannover • E-Mail: *mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de*
Marion Mayer • Tel. 168-45498 • VHS Hannover • E-Mail: *marion.mayer@hannover-stadt.de*

Griechischer Volkstanz siehe Seite 109

Griechische Küche siehe Seite 91

Foto: Stephan Kaps

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Anne Guilaine André
SPRECHSTUNDE Dienstag + Donnerstag,
10 – 13 Uhr und 16 – 18 Uhr
(außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum 125, 1. Etage
E-MAIL anneguilaine.andre@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Michaela Rybka
TEL 168-44790 **FAX** 168-41527
ORT Haus der VHS, Raum 126, 1. Etage
E-MAIL michaela.rybka@hannover-stadt.de

NIEDERLÄNDISCH

A1 Standardkurs 1

„Welkom!“ Klett 3-12-528880-5 + 3-12-528881-2
ab Les 1

77901C8
Annette Fuhrig
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
22. September – 26. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

77902C8
Stefan Saalmink
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
4. November – 27. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
50 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Prüfungskurs 1

Dieser Kurs eignet sich für TeilnehmerInnen, die zum Herbstsemester 2016 in den Niederlanden oder Belgien studieren oder aus anderen Gründen ganz schnell Niederländisch lernen wollen. Er führt in nur 2 Semestern zum Certificaat Nederlands als Vreemde Taal (CNaVT), das von den meisten Universitäten als sprachliche Zugangsberechtigung anerkannt wird (siehe *www.cnavt.org*).
Die Prüfungen des CNaVT werden bei uns im Mai 2016 abgenommen.
Studenten erhalten bei Vorlage ihres Studentenausweises eine 50 %-Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Achtung: Dieser Kurs hat ein sehr hohes Lerntempo. Eine Anmeldung dafür kann nur nach Teilnahme an der folgenden Infoveranstaltung erfolgen!
Anmeldung zu der Infoveranstaltung bitte unter *michaela.rybka@hannover-stadt.de*

Infoveranstaltung
77903C8
Annette Fuhrig
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 2 Ustd.
14. September
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
kostenlos

Prüfungskurs
„Welkom!“ Klett 3-12-528880-5 + 3-12-528881-2
ab Les 1
77904C8
Annette Fuhrig
Montag, 18 – 21.15 Uhr, 15 x 4 Ustd.
21. September – 25. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
210 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs 2

„Welkom!“
Klett 3-12-528880-5 + 3-12-528881-2

ab Les 5
77905C8
Annette Fuhrig
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

ab Les 5
77906C8
N. N.
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs 1

„Welkom!“ Klett 3-12-528880-5 + 3-12-528881-2
ab Les 9

77907C8
Annette Fuhrig
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs 2

„Welkom!“
Klett 3-12-528880-5 + 3-12-528881-2
ab Les 9

77908C8
Atse van der Hoek
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Conversatie cursus

77909C8
Annette Fuhrig
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
84 € + 9 € Zusatzkosten

B2 Conversatie en tekstanalyse

Er wordt o. a. gebruik gemaakt van krantenartikelen, gedichten en verhalen.

77910C8
N. N.
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
81 € + 9 € Zusatzkosten

BILDUNGSURLAUB NIEDERLÄNDISCH

B1 Niederländisch für Fortgeschrittene-

Buchbar nach ca. 120 Ustd. oder vier Semestern Niederländisch.

77X92C8
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
9. – 13. November
Haus der VHS
125 € + 3 Materialgeld

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

INFO **TEL. 168-46858** – NORWEGISCH
INFO **TEL. 168-44631** – PERSISCH

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Iris Grallert
STUDIENLEITUNG Bente Liedtke
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage

NORWEGISCH

A1 Norwegisch I für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse

„Et år i Norge“ Hempen 3-934106-15-3
ab Lektion 1

78201Y8
Lin Elisabeth Apenes
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Norwegisch II

„Et år i Norge“ Hempen 3-934106-15-3
ab Lektion 7

78202Y8
Annakiska Exum-José
Dienstag, 18.30 – 20 Uhr, 14 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
(kein Unterricht am 22. Dezember!)
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
78,40 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Norwegisch III

„Et år i Norge“ Hempen 3-934106-15-3
ab Lektion 13

78203Y8
Morten Müller-Schnelle
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Norwegisch Auffrischung und Konversation

Lehrmaterial wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

78204Y8
Jan Blomli
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Norwegisch Wiederholung, Lektüre und Konversation

78205Y8
Kari-Laila Hennig-Selvén
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
5. Oktober – 18. Januar 2016
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Konversation für Fortgeschrittene

Sie haben relativ gute bis sehr gute Kenntnisse und möchten Ihr Können weiterpflegen und erweitern. Im Unterricht werden sowohl originale Zeitungs- und Zeitschriftenartikel als auch authentische, literarische Texte verwendet. Sie werden ebenfalls die Gelegenheit haben, aktuelle landeskundliche Inhalte intensiv zu besprechen.

78206Y8
Lin Elisabeth Apenes
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

Hinweis zu den „kleinen Sprachbereichen“
siehe Seite 140

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Mathilde Wasmeier
SPRECHSTUNDE Dienstag und Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
TEL 168-44631 **FAX** 168-41527
E-MAIL mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum E 24, Erdgeschoss

PERSISCH

Die Sprache gehört zum indo-iranischen Zweig der indogermanischen Sprachfamilie.
Persisch ist die wichtigste indogermanische Sprache in West- und Zentralasien und wird von 60 – 70 Millionen Menschen als Muttersprache und von weiteren 50 Millionen als Zweitsprache gesprochen. Etwa 39 Millionen Muttersprachler leben im Iran. Aufgrund der hohen Zahl iranischer und afghanischer Auswanderer und Flüchtlinge haben sich besonders in den letzten Jahrzehnten auch in Europa und in den USA persischsprachige Gemeinden entwickelt. Das Neupersische entwickelte sich im Mittelalter zur bedeutendsten Gelehrten- und Literatursprache der östlichen islamischen Welt und hatte so großen Einfluss auf die benachbarten Turksprachen sowie auf die Sprachen Nordindiens, insbesondere auf Urdu. Viele persische Wörter wurden auch in europäische Sprachen übernommen. Im Deutschen kennt man unter anderem die Wörter „Basar“ (bazaar), „Scheck“, „Karawane“, „Pistazie“, „Schach“, „Paradies“, „Schal“ und „Magier“
(Siehe auch wikipedia).

A1 Persisch in 24 Stunden

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular in der persischen Sprache aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen die Möglichkeit und setzt keine Kenntnisse voraus.

78102M8
Mina Ebrahimi
Samstag und Sonntag, 10 – 15.45 Uhr, 4 x 6 Ustd.
21./22. und 28./29. November
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

Persische Küche siehe Seite 93

PERSISCH – STANDARDKURSE

Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrbuch: „Wir sprechen Persisch“
Sujet Verlag 978-3-994201-23-8

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 3

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

78120M8
Mina Ebrahimi
Mittwoch, 16.45 – 18.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Persisch 2. Semester 78112M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78121M8
Mina Ebrahimi
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Persisch 3. Semester 78113M8
ab Montag 11. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 4 – 5

78122M8
Mina Ebrahimi
Mittwoch, 18.30 – 20 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Persisch 5. Semester 78115M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

Lehrbuch: „Wir sprechen Persisch 2“
Sujet Verlag 978-3-9441201-41-2

A2 9. Semester, Lektionen 4 – 5

78123M8
Mina Ebrahimi
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Persisch 10. Semester 78118M8
ab Montag 11. Januar 2016

POLNISCH

Die polnische Sprache zählt zu den westslawischen Sprachen – einer Untergruppe der indo-europäischen Sprachenfamilie. Das Tschechische, Slowakische und Sorbische sind mit der polnischen Sprache verwandt.
Die Landessprache Polnisch wird von etwa 46 Millionen Menschen gesprochen. Weiterhin ist sie die Muttersprache von etwa 10 Millionen SprecherInnen, die in den USA, Russland und anderen Nachfolgestaaten der Sowjetunion, in Kanada, Deutschland und Frankreich leben.
(Siehe auch Wikipedia)

A1 Polnisch in 24 Stunden

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular in der polnischen Sprache aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen die Möglichkeit und setzt keine Kenntnisse voraus.

78301M8
Renata Malecka
Samstag und Sonntag, 10.15 – 15.30 Uhr, 4 x 6 Ustd.
10./11. und 17./18. Oktober
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

Prüfungs-Vorbereitung auf das Zertifikat telc Język polski B1 – B2 Szkoła

Dieser Vorbereitungskurs für das Zertifikat telc Język polski B1 – B2 Szkoła ist für Jugendliche konzipiert deren Herkunftssprache Polnisch ist. Ein Sprachenzertifikat von telc kann entscheidend für die später berufliche Laufbahn sein.
telc Sprachen-Zertifikate sind international anerkannt.
Für Jugendliche ab 16 Jahren, deren Muttersprache Polnisch ist. Eine Beratung ist vor der Kursanmeldung erforderlich.

Kurs I
78303M8
Agnieszka Foit
Freitag, 15.30 – 17 Uhr, 11 x 2 Ustd.
25. September – 18. Dezember
Haus der VHS
77 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Prüfungs-Vorbereitung auf das Zertifikat telc Język polski B1 – B2 Szkoła
Kurs II 78304M8 ab Freitag 15. Januar 2016

POLNISCH – STANDARDKURSE

Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrbuch: „Razem“
Klett Verlag 978-3-12-528840-9

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 3

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

78328M8
Agnieszka Foit
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
21. September – 14. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 2. Semester 78312M8
ab Montag 11. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78329M8
Krystyna Ruszkowska
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 11 x 2 Ustd.
23. September – 16. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 3. Semester 78313M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 4 – 5

78330M8
Anna Hartmann
Mittwoch, 17.15 – 18.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 3. Semester 78314M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 4 – 5

78332M8
Agnieszka Foit
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
22. September – 15. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 5. Semester 78315M8
ab Dienstag 12. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 6 – 7

78335M8

Krystyna Ruszkowska
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
23. September – 16. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 6. Semester 78316M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 7 – 8

78336M8

Anna Hartmann
Donnerstag, 17.30 – 19 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 6. Semester 78318M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

A2 10. Semester Lektionen 13 – 14

78338M8

Anna Hartmann
Mittwoch, 19 – 20.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch 11. Semester 78319M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

POLNISCH WIEDERHOLUNG UND LEICHTE KONVERSATION
Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit das bereits Gelernte wieder aufzufrischen, zu festigen und zu vertiefen. Der Focus liegt auf der Konversation. Kenntnisse von etwa 5 - 6 Semestern werden vorausgesetzt.
Das Lehrwerk wird bekannt gegeben.

A2 Auffrischungskurs I

78339M8

Agnieszka Foit
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 11 x 2 Ustd.
22. September – 15. Dezember
Haus der VHS
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch Auffrischungskurs II 78321M8 ab Dienstag 12. Januar 2016

POLNISCH FÜR FORTGESCHRITTENE
Für TeilnehmerInnen, die bereits ein Lehrwerk durchgearbeitet haben und ihre Fertigkeiten erweitern möchten.

Lehrbuch: „Cós wam powiem“
Universitas Verlag 83-242-0600-0

B1 – B2 Polnisch für Fortgeschrittene 1, Lektion 8

78341M8

Katarzyna-Zofia Worobiew-Kozlowska
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Polnisch für Fortgeschrittene 78323M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Iris Grallert
SPRECHSTUNDE Dienstag und Donnerstag
10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage

PORTUGIESISCH

In den Stufen I bis III arbeiten wir mit dem Lehrwerk: „PORTUGUÊS XXI – Nivel 1“, 978-972-757-927-3

A1 Portugiesisch I
ab Lektion 1

78401Y8
Ana Maria Bartelsmeier
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Portugiesisch II
ab Lektion 5

78402Y8
Madalena Bizarro
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Portugiesisch III
ab Lektion 9

78403Y8
Ana Maria Bartelsmeier
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
84 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Portugiesisch IV
ab Lektion 12

78404Y8
Ana Maria Bartelsmeier
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Haus der VHS
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Portugiesisch III
„PORTUGUÊS XXI – Nivel 2“ 978-972-757-824-5
ab Lektion 10

78405Y8
Ana Maria Bartelsmeier
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
84 € + 9 € Zusatzkosten

B2 Portugiesisch Konversation für Fortgeschrittene
„Avancar em Português“
Lidel 978-972-757-700-2

78406Y8
Luisa Rehberg
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
28. September – 25. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
78,40 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

© Iris Grallert

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Mathilde Wasmeier
STUDIENLEITUNG Lilli Kloninger
SPRECHSTUNDE Donnerstag, 16 – 18 Uhr
(außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum E 24, Erdgeschoss

RUSSISCH

Russisch – früher auch Großrussisch genannt – ist die slawische Sprache mit den meisten SprecherInnen i.e. etwa 180 Millionen (Erst- und Zweitsprache für ungefähr 300 Millionen Menschen). Zusammen mit dem Ukrainischen und dem Weißrussischen bildet Russisch die Gruppe der ostslawischen Sprachen. *(Siehe Wikipedia)*

A1 Russisch in 24 Stunden I

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular in der russischen Sprache aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen die Möglichkeit und setzt keine Kenntnisse voraus.

75002M8
Irina Sirak
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
21./22. und 28./29. November
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Russisch in 24 Stunden III

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein Grundvokabular der ‚Alltagssprache' aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen die Möglichkeit und setzt neben Kenntnissen in russischer Druck- und Schreibschrift einige Grundkenntnisse der Grammatik voraus (Personalpronomen, Genus der Substantive, das verb ‚sein', Grundlagen der Veränderung der Form des Verbs der e- und i-Konjugation).

75003M8
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
10./11. und 17./18. Oktober
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Russisch für Kinder

Das primäre Ziel des Unterrichtes ist es, bei den Kindern ein Interesse an der russischen Sprache zu wecken bzw. erste bereits vorhandene Kenntnisse auszubauen. In einer lockeren Atmosphäre werden die Kinder durch aktive Mitmachspiele, Lieder, Reime, Bilder, etc. dazu animiert, sich für die Sprache zu begeistern. Der Hauptschwerpunkt liegt darin, den Kindern das Vokabular aus den alltäglichen Themen wie Begrüßung, Farben, Zahlen, Familie, Lebensmittel etc. beizubringen und ihren Wortschatz spielerisch zu bereichern. Erste vorsichtige Bekanntschaften mit den russischen Buchstaben sind ebenfalls vorgesehen. Teilnahmevoraussetzungen: Der Unterricht richtet sich an 5 – 7-jährige Kinder, die über keine oder sehr geringe Russischkenntnisse verfügen. Unterrichtsmaterialien werden bekannt gegeben.

75006M8
Inna Heyer
Freitag, 15.30 – 16.30 Uhr, 10 x 1 Zstd.
2. Oktober – 18. Dezember
Haus der VHS
30 € + 5,50 € Zusatzkosten

Informationen über
Bildungsurlaub Russisch für das Jahr 2016
erhalten Sie ab November
bei Mathilde Wasmeier unter Tel. 168-44631
und Marion Mayer unter Tel. 168-45498

RUSSISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrbuch: „Otlitschno!" A1
Hueber Verlag 978-3-19-12-004477-1

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

75040M8
Tatjana Myrgorodska
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 2. Semester 75013M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 1 Semester, Lektionen 1 – 2

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

75041M8
Irina Sirak
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 2. Semester 75014M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

75042M8
Inna Heyer
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 3. Semester 75016M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

BEGEGNUNGEN MIT RUSSLAND

Veranstaltungen der ‚Fähre e. V.' Hannover in Kooperation mit der Ada-und-Theodor-Lessing-VHS Hannover, Burgstraße 14

Informationen über die Veranstaltungen der ‚Fähre e. V.' Hannover im Herbstsemester 2015
Mathilde Wasmeier • Tel. 168-44631 • VHS Hannover • E-Mail: *mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de*
Marion Mayer • Tel. 168-45498 • VHS Hannover • E-Mail: *marion.mayer@hannover-stadt.de*

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

75043M8
Inna Heyer
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 3. Semester 75017M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 5 – 6

75044M8
Tatjana Myrgorodska
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd
14. September – 14. Dezember
Südstadt-Schule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 5. Semester 75019M8 ab Montag 11. Januar 2016

Lehrbuch: „Otlitschno!“ A2
Hueber Verlag 978-3-19-12-004478-8

A2 7. Semester, Lektion 1

75047M8
Irina Sirak
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 8. Semester 75021M8 ab Dienstag 12. Januar 2016

A2 8. Semester, Lektionen 2 – 3

75048M8
Tatjana Myrgorodska
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 9. Semester 75022M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A2 10. Semester, Lektionen 6 – 7

75049M8
Natalia Drechsler
Montag, 19 – 20.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Arbeit und Leben, Arndtstraße 20
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 11. Semester 75023M8 ab Montag 11. Januar 2016

A2 13. Semester, Lektionen 5 – 6

75053M8
Irina Sirak
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch 14. Semester 75024M8 ab Dienstag 12. Januar 2016

RUSSISCH FESTIGUNG UND WIEDERHOLUNG
Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, das bereits Gelernte aufzufrischen, zu festigen und zu vertiefen.

Lehrbuch: „Otlitschno ! A2“
Hueber Verlag 978-3-19-004478-8

A2 Auffrischungs-Kurs IX, Lektionen 9 – 10

75054M8
Tatjana Myrgorodska
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd
14. September – 14. Dezember
Südstadt-Schule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch Auffrischungskurs X 75025M8 ab Montag 11. Januar 2016

RUSSISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

Lehrwerk: „Kljutschi 2“
Hueber Verlag 978-3-19-004472-6

B1+ Fortgeschrittene 1, Lektionen 4 – 5

75056M8
Lilli Kloninger
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch für Fortgeschrittene 1 75027M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

Lehrwerk: Otlitschno! B1
Hueber Verlag 978-3-19-004479-5

B1+ Fortgeschrittene 2, Lektionen 2 – 3

75057M8
Irina Sirak
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch für Fortgeschrittene 2 75028M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

B1+ Fortgeschrittene 3, ab Lektion 4

75058M8
Lilli Kloninger
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Russisch für Fortgeschrittene 3 75029M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Iris Grallert
SPRECHSTUNDE Dienstag, 11.30 – 13 und 16 – 18 Uhr sowie Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage

SCHWEDISCH

A1 Schwedisch I

„Välkomna!“ Klett Verlag
978-3-12-527941-4 + 978-3-12-527943-8
ab Lektion 1

78501Y8
Stefan Åkerblom
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Rathsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schwedisch II

„Välkomna!“ Klett Verlag
3-12-527941-4 + 3-12-527943-8
ab Lektion 6

78502Y8
H. Mahnke
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

A2 Schwedisch II

„Välkomna!“ Klett Verlag
3-12-527941-4 + 3-12-527943-8
ab Lektion 13

78503Y8
H. Mahnke
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Schwedisch II

„Välkomna tillbaka!“ Klett Verlag 3-12-527944-5
ab Lektion 8

78504Y8
H. Mahnke
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
84 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Schwedisches Wochenende – Svensk Helg

Låt oss prata svenska!
Har du lust att tala och höra svenska en hel helg? Om du har goda kunskaper i svenska (nivå B1 GER, se sidan…) som du vill hålla igång och förbättra är den här helgkursen en möjlighet.
Vi kommer att se en svensk långfilm och prata om den efteråt, sjunga svenska visor och även ta upp en del viktig grammatik – men det viktigaste är förstås att du får tala mycket. Ha en trevlig helg!

78505Y8
Sonja Guhl
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag, 9 – 16.30 Uhr, 12 Ustd.
6./7. November
Haus der VHS
30 € + 7 € Zusatzkosten

OmU-Woche im Apollo-Kino Linden
siehe Seite 198

B2 Schwedisch für Fortgeschrittene

Sie haben relativ gute bis sehr gute Kenntnisse und möchten Ihr Können weiterpflegen und erweitern. Im Unterricht werden sowohl originale Zeitungs- und Zeitschriftenartikel als auch authentische, literarische Texte verwendet. Sie werden ebenfalls die Gelegenheit haben, aktuelle landeskundliche Inhalte intensiv zu besprechen.
Für neue TeilnehmerInnen ist eine Beratung vor der Anmeldung empfehlenswert, Tel. 168-46858.

78506Y8
Stefan Åkerblom
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

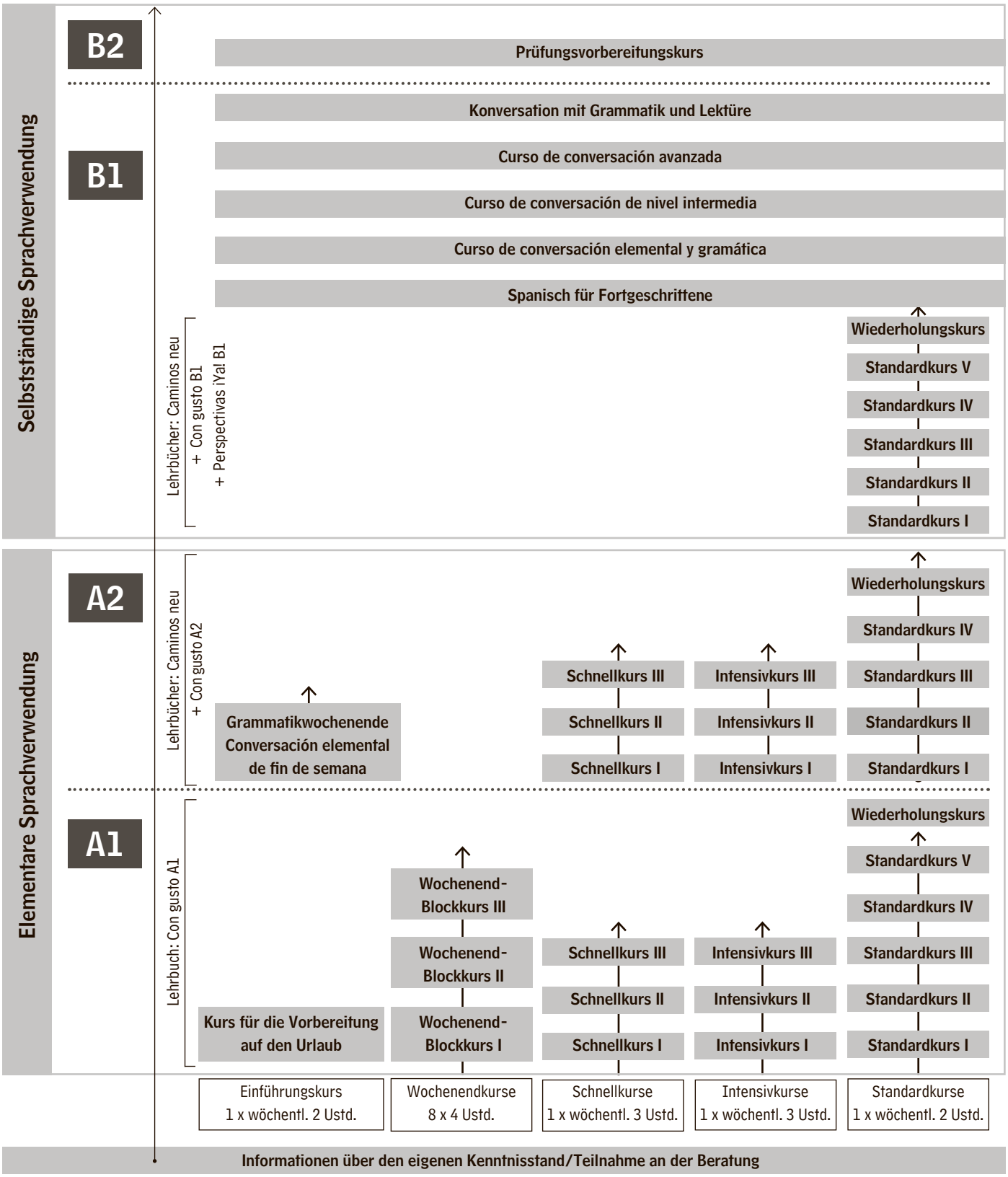
SWEDEX
Swedex ist das Ergebnis eines zweijährigen EU-Projekts von ICC, Folkuniversitetet Stockholm, Svenska Institutet Stockholm, Universität Łodź/Polen und den VHS Landesverbänden Mecklenburg-Vorpommern und Niedersachsen. Swedex ist ein System zur Beschreibung und Bescheinigung von schwedischen Sprachkenntnissen und bietet standardisierte Prüfungen für Schwedisch als Fremdsprache auf Niveau 2 (A2), 3 (B1) und 4 (B2) der sechs Niveaus des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für das Lehren und Lernen von Sprachen (Europarat).

ADRESSE FÜR WEITERE INFORMATIONEN
Swedex • Folkuniversitetet
Box 2542 • 40317 Göteborg
INTERNET *www.swedex.info*

Foto: © Iris Grallert

UNSER ANGEBOT IN SPANISCH

Gliederung der Spanischkurse nach dem gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)



Bitte beachten Sie unser zusätzliches Beratungsangebot vor Semesterbeginn:
ab Montag, 7. bis Freitag, 11. September 2015
Montag bis Freitag, 10 – 13 Uhr und
Dienstag und Donnerstag, 16 – 18 Uhr

Vor der Anmeldung für einen Spanischkurs sollten Sie an einer Beratung teilnehmen. Diese Beratung ist kostenlos und soll Ihnen bei der Auswahl des richtigen Kurses helfen. Dieser Weg erspart Ihnen viel Zeit und Geld, weil durch die gründliche Beratung ein Leerlauf in Ihrer Weiterbildung vermieden wird.

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Iris Grallert
STUDIENLEITUNG Sierra Romero
SPRECHSTUNDE
Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 Uhr und
16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien),
ORT Haus der VHS, Raum 129, 1. Etage

SPANISCH

Bitte beachten Sie unser Beratungsangebot während der Sprechstunden und die **Beratungswoche von Montag, 7. bis Freitag, 11. September 2015**. Vor der Anmeldung in einen Spanischkurs sollten Sie an einer Beratung teilnehmen. Die Beratung ist kostenlos und soll Ihnen bei der Auswahl des richtigen Kurses helfen. Dieser Weg erspart Ihnen viel Zeit und Geld, weil durch die gründliche Beratung ein Leerlauf in Ihrer Weiterbildung vermieden wird.

SPANISCH SPEZIALKURSE

Wochenendveranstaltung

A1 Spanisch für die Reise

Nur für TeilnehmerInnen **ohne Vorkenntnisse**!
Wenn es Sie im Urlaub in den sonnigen Süden nach Spanien zieht und Sie gern ein wenig der Landessprache lernen möchten, ist dies der Kurs für Sie.
An einem Wochenende lernen Sie in 12 Unterrichtstunden wie man sich begrüßt und verabschiedet, ein Essen bestellt, ein Hotelzimmer bucht, am Flughafen zurechtfindet und weitere typische Urlaubssituationen bewältigt. Außerdem bekommen Sie aus erster Hand Informationen über Land und Leute, die dazu beitragen, dass Sie Ihren Urlaub noch besser genießen können.

76001Y8
Susan Bredée
Freitag, 18 – 21.15 Uhr
Samstag, 9 – 16.30 Uhr, 12 Ustd.
9./10. Oktober
Haus der VHS
30 € + 6,50 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Spanischkurs für den Urlaub

Hier geht es nicht um die Vermittlung aufbauender, grundlegender Kenntnisse, sondern um die Bewältigung spezifischer Situationen für Interessierte, die bisher keinerlei Sprachkenntnisse im Spanischen aufweisen. Durch den Erwerb von mündlichen und schriftlichen Grund- und Minimalkenntnissen sollen Sie konkrete Spracherfahrungen positiv erleben, das Erlernte in Spanien oder bei einem Besuch von spanischsprachigen Gästen im eigenen Land unmittelbar verwenden.
Lehrwerk wird am 1. Unterrichtstag bekannt gegeben.

76002Y8
Rachel Roth
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 11 x 2 Ustd.
3. November – 26. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
61,60 € + 9 € Zusatzkosten

SPANISCH WOCHENENDBLOCKKURSE

Spanisch A1 in einem Semester!!
Wenn Sie als AnfängerIn zügig eine ganze Niveaustufe und ein komplettes Buch abschließen möchten, sind diese Kurse das Richtige für Sie!
An vier Wochenenden nehmen Sie in kompakter Form vier Lektionen des Lehrbuchs Con gusto A1 durch, so dass Ihre Kenntnisse nach 3 Kursen der Niveaustufe A1 des GER entsprechen (siehe Seite 137) und Sie auf Spanisch einfache, alltägliche Situationen gut bewältigen können.

A1 Wochenendblockkurs I

32 Unterrichtsstunden
TeilnehmerInnen: Interessierte ohne Vorkenntnisse.
„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9
ab Lektion 1

76003Y8
Fátima García Manrique
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag, 10 – 13.15 Uhr, 32 Ustd.
13./14., 20./21., 27./28. November, 4./5. Dezember
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Wochenendblockkurs II

32 Unterrichtsstunden
„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9
ab Lektion 5

76004Y8
Fatima García Manrique
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
8./9., 15./16., 22./23., 29./30. Januar 2016
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Wochenendblockkurs III

32 Unterrichtsstunden
„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9
ab Lektion 9

76005Y8
Fatima García Manrique
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag, 10 – 13.15 Uhr
12./13., 19./20., 26./27. Februar 2016, 4./5. März 2016
Haus der VHS
89,60 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Grammatikwochenende Spanisch

Sie kommen auf Spanisch ganz gut klar, aber *imperfecto* und *indefinido* kommen Ihnen immer noch spanisch vor. Welche Signalwörter helfen bei der Entscheidung für die richtige Zeitform? Ist es *desde, hace* oder *desde hace*? Wie unterscheiden sich die Konjugationen der Verben? Wenn Sie Wert auf Grammatik legen und im Umgang mit den Zeiten sicherer werden möchten, haben Sie in diesem Kurs anhand vielfältiger Übungen die Gelegenheit dazu.

76006Y8
Jaime González García
Freitag, 17 – 21.15 Uhr
Samstag, 9 – 15.30 Uhr, 12 Ustd.
13./14. November
Haus der VHS
33,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

A2 Conversación elemental de fin de semana

Haben Sie Lust, ein ganzes Wochenende Spanisch zu sprechen und zu hören? Wenn Sie über Grundkenntnisse verfügen und Ihnen *imperfecto* und *indefinido* bekannt sind, bietet sich Ihnen hier die Gelegenheit, das bisher Gelernte aufzufrischen und zu festigen. Dabei steht die gesprochene Sprache im Vordergrund. Durch kurze Konversationen, Sprachspiele, Sprechübungen, spanische Canciones usw. werden Sie Ihre Scheu, Spanisch zu sprechen schnell überwinden. Wichtige grammatikalische Strukturen werden situationsbezogen geübt und gefestigt und Sie können Ihren Wordschatz erweitern.
¡Tengan un buen fin de semana!

76007Y8
Nora Inés Basualdo
Freitag, 16.30 – 21 Uhr
Samstag, 9 – 15.30 Uhr, 12 Ustd.
9./10. Oktober
Haus der VHS
33,60 € + 6,50 € Bearbeitungsentgelt

A2 Español con „SABOR"

¿Te gusta el español, te gustaría ampliar tu vocabulario y quizás preparando un par de recetas con las que podrás sorprender a tus amigos?
Español con „SABOR" ist ein Kurs für diejenigen, die sich von der spanischen Sprache verführen lassen und ihre Kenntnisse auf praktische und unterhaltsame Weise erweitern wollen.
Sie werden auf Spanisch über Lebensmittel und Küchenutensilien sprechen, leckere Gerichte aus Spanien und Lateinamerika zubereiten und vielfältige Aromen, Farben und Geschmacksrichtungen erleben.
Die Kosten für die Lebensmittel werden vor Ort erhoben.

76008Y8
Liz Sheyla Mosquera-Grote
Samstag, 10 – 15 Uhr, 6 Ustd.
31. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,80 € + 5,50 € Zusatzkosten

76009Y8
Liz Sheyla Mosquera-Grote
Samstag, 10 – 15 Uhr, 6 Ustd.
16. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,80 € + 5,50 € Zusatzkosten

Tapaskultur und Wein siehe Seite 91

KURSANGEBOT SPANISCH
Die folgenden Kurse sind Abschnitte auf dem Weg zu den telc-Prüfungen Spanisch bzw. DELE nach dem GER A1 – B2. Die einzelnen Lehrabschnitte sind jeweils Teilstücke einer Niveaustufe. Es liegt aber in Ihrem freien Ermessen, ob Sie die einzelnen Lehrabschnitte bis zum Abschluss einer Niveaustufe besuchen wollen, denn der Erwerb eines Zertifikats ist freiwillig.
Die Standardkurse unterscheiden sich von den Intensivkursen in Aufbau und Lerntempo: In der Regel wird ein Band des Lehrwerks bei den Standardkursen in 4 Semestern und bei den Intensivkursen in 3 Semestern absolviert.
Die Schnellkurse sind gedacht für Lerngewohnte, die zügig vorankommen wollen und mit Lernprozessen vertraut sind.

A1 Standardkurs I

„Con Gusto A1", Klett 3-12514980-9

76010Y8
Rocío Costa Casado
Freitag, 10 – 11.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
6. November – 22. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
56 € + 9 € Zusatzkosten

76011Y8
Rachel Roth
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

76012Y8
Maria del Mar Herrero Pleite
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
22. September – 26. Januar 2016
(kein Unterricht am 22. Dezember)
Bismarckschule
An der Bismarckschule 5, Eingang Turnhalle
70 € + 9 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

A1 Intensivkurs I

„Con Gusto A1", Klett 3-12514980-9 ab Lektion 1

76013Y8
Marianela Ladrón de Guevara
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
28. September – 14. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

76014Y8
N. N.
Donnerstag, 18.15 – 20.45 Uhr, 10 x 3 Ustd.
5. November – 21. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Schnellkurs I

Für lerngewohnte TeilnehmerInnen, die zügig vorankommen möchten.
„Con Gusto A1" Klett 3-12514980-9 ab Lektion 1

76015Y8
N. N.
Mittwoch, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
30. September – 16. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs II

„Con Gusto A1" Klett 3-12514980-9

ab Lektion 4
76016Y8
Nora Inés Basualdo
Donnerstag, 10 – 11.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
84 € + 9 € Zusatzkosten

ab Lektion 5
76017Y8
Fátima García Manrique
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75 € + 9 € Zusatzkosten

76018Y8
Nora Inés Basualdo
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Haus der VHS
75 € + 9 € Zusatzkosten

DER BESONDERE SERVICE

Möchten Sie benachrichtigt werden, wenn **KULTURVERANSTALTUNGEN** auf/über Spanisch in der VHS stattfinden? Dann schicken Sie eine E-Mail an *iris.grallert@hannover-stadt.de* Wir nehmen Sie in unseren Verteiler auf und informieren Sie per Mail über alle Veranstaltungen!

A1 Intensivkurs II

„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9
ab Lektion 5

76019Y8
Maria del Mar Herrero Pleite
Mittwoch, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
23. September – 9. Dezember
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs III

„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9

ab Lektion 6
76020Y8
Rocío Costa Casado
Mittwoch, 10 – 11.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
84 € + 9 € Zusatzkosten

ab Lektion 5
76021Y8
Elsa Cuevas
Montag, 18 – 19.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
14. September – 21. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
72,80 € + 9 € Zusatzkosten

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

A1 Intensivkurs III

„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9

ab Lektion 8
76022Y8
Susan Bredée
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
21. September – 7. Dezember
Südstadtschule
Böhmerstraße 10
84 € + 9 € Zusatzkosten

ab Lektion 9
76023Y8
Nora Inés Basualdo
Donnerstag, 18.15 – 20.45 Uhr, 10 x 3 Ustd.
17. September – 3. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Standardkurs IV

„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9
ab Lektion 11 + Wiederholung

76024Y8
Maria del Mar Herrero Pleite
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 19. Januar 2016
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5,
Eingang Turnhalle
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Intensivkurs IV

„Con Gusto A1“ Klett 3-12514980-9
ab Lektion 10 + Wiederholung

76025Y8
Marianela Ladrón de Guevara
Dienstag, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
15. September – 1. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A1 / A2 Spanisch für Junggebliebene Wiederholung und Vertiefung II

Dieser Kurs baut auf dem Stoff des Buches „Caminos neu A1“ auf, arbeitet aber ohne Buch. Ziel ist, das bisher an Grammatik und Wortschatz Gelernte zu wiederholen, zu vertiefen und praktisch anzuwenden.

76026Y8
Jaime González García
Dienstag, 10 – 11.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
22. September – 26. Januar 2016
Freizeitheim Ricklingen, Ricklinger Stadtweg 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs I

„Con gusto A2“ Klett 3-12-514990-8
ab Lektion 1

76027Y8
Elsa Cuevas
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 13 x 2 Ustd.
10. September – 17. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
65 € + 9 € Zusatzkosten

76028Y8
María del Mar Cortés Fernandez
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
1. Oktober – 28. Januar 2016
(am 28. Januar Unterricht im Haus der VHS)
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
78,40 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Intensivkurs I

„Con Gusto A2” Klett 3-12-514990-8
ab Lektion 1

76029Y8
Nora Inés Basualdo
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
21. September – 7. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Schnellkurs I

Für lerngewohnte TeilnehmerInnen, die zügig vorankommen möchten.
„Con gusto A2“ Klett 3-12-514990-8
ab Lektion 1

76030Y8

José Bazán
Mittwoch, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
16. September – 2. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
84 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs II

Caminos neu A2 Klett 3-12-514956-4
ab Lektion 2

76031Y8

Begoña Avalle González
Montag, 18 - 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Bismarckschule
An der Bismarckschule 5, Eingang Turnhalle
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Intensivkurs III

„Con Gusto A2“ Klett 3-12-514990-8
ab Lektion 11 + Wiederholung

76032Y8

Rocío Costa Casado
Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 12 x 3 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Bismarkschule
An der Bismarckschule 5, Eingang Turnhalle
100,80 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Standardkurs V

„Caminos neu A2“ Klett 514956-4
ab Lektion 10

76033Y8

Alejandra Martínez Contreras
Donnerstag, 9 – 10.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 28. Januar 2016
(kein Unterricht am 17. Dezember)
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Intensivkurs IV

„Con Gusto A2“ Klett 3-12-514990-8
ab Lektion 10

76034Y8

Rocío Costa Casado
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 12 x 3 Ustd.
14. September – 14. Dezember
Bismarkschule
An der Bismarckschule 5, Eingang Turnhalle
100,80 € + 9 € Zusatzkosten

A2 Wiederholung

76035Y8

Alejandra Martínez Contreras
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 14 x 2 Ustd.
15. September – 26. Januar 2016
(kein Unterricht am 15. + 22. Dezember)
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
70 € + 9 € Zusatzkosten

A2 / B1 Lektüre und Grammatik

Lehrwerk wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

76036Y8

Sierra Romero
Donnerstag, 9.45 – 11.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 / B1 Schnellkurs V

Lehrwerk wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

76037Y8

Sierra Romero
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs I

„Perspectivas ¡Ya! B1“ Cornelsen 3-464-20491-7

76038Y8

Rachel Roth
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
75 € + 9 € Zusatzkosten

A2 / B1 Schnellkurs V

„Con Gusto A2“ Klett 3-12-514990-8
ab Lektion 10 und Wiederholung

76039Y8

José Bazán
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 10 x 3 Ustd.
21. September – 7. Dezember
Bismarckschule, An der Bismarckschule 5
Eingang Turnhalle
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs II

Caminos neu B1“ Klett 515010-2
ab Lektion 5

76040Y8

Fátima García Manrique
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
16. September – 27. Januar 2016
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs III

„Con Gusto B1“ Klett 3-12-515010-2
ab Lektion 5

76041Y8

Elsa Cuevas
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 13 x 2 Ustd.
10. September – 17. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
72,80 € + 9 € Zusatzkosten

OmU-Woche im Apollo-Kino Linden
siehe Seite 198

© *Michaela Rybka*

B1 Standardkurs IV

„Con Gusto B1“ Klett 3-12-515010-2
ab Lektion 6
In diesem Kurs wird neben dem Lehrwerk mit leichter Lektüre gearbeitet, sowie gezielt die Konversationsfertigkeiten geübt und ausgebaut.

76042Y8
Elsa Cuevas
Montag, 19.45 – 21.15 Uhr, 13 x 2 Ustd.
14. September – 21. Dezember
Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium
Seelhorststraße 52
72,80 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Standardkurs VI

Unterrichtsmaterial wird am ersten Kurstermin bekannt gegeben

76043Y8
Sierra Romero
Donnerstag, 11.30 – 13 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Curso de conversación elemental y gramática

76044Y8
Alejandra Martinez Contreras
Donnerstag, 10.45 – 12.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 28. Januar 2016
(kein Unterricht am 17. Dezember)
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

76045Y8
Alejandra Martinez Contreras
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 14 x 2 Ustd.
15. September – 26. Januar
(kein Unterricht am 15. + 22. Dezember)
Wilhelm-Raabe-Schule, Langensalzastraße 24
70 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Curso de conversación elemental y gramática

En este curso nosotros te invitamos a mejorar la gramática de una manera clara y efectiva. Nos interesa aumentar el vocabulario, leer y principalmente conversar y aprender sobre diferentes temas en un ambiete agradable y cálido!
Unterrichtsmaterial wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

76046Y8
Alejandra Martinez Contreras
Donnerstag, 18 – 20.30 Uhr, 11 x 3 Ustd.
17. September – 10. Dezember
Haus der VHS
82,50 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Spanisch für Fortgeschrittene

Unterrichtsmaterial wird am ersten Kurstermin bekannt gegeben

76047Y8
Sierra Romero
Montag, 11.30 – 13 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Curso de conversación de nivel intermedio

Este curso es para alumnos con conocimientos del idioma y dominio gramatical.
Lektüre: Auswahl verschiedener Texte

76048Y8
Sierra Romero
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 15 x 2 Ustd.
17. September – 21. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Konversation mit Grammatik und Lektüre

In diesem Kurs sollen Sie alle Formen der Verben festigen. Aber auch leichte Lektüre und kurze Texte sollen Ihren Wortschatz erweitern und Ihre Kommunikationsfähigkeit verbessern.

76049Y8
Sierra Romero
Montag, 9.45 – 11.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
14. September – 18. Januar 2016
Freizeitheim Lister Turm, Walderseestraße 100
75 € + 9 € Zusatzkosten

B1 Curso de conversación avanzada

Este curso es para alumnos que tengan un buen conocimiento del idioma y que quieran participar activamente en la lectura y posterior discusion de diversos textos.

76050Y8
Sierra Romero
Dienstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x 2 Ustd.
15. September – 26. Januar 2016
(kein Unterricht am 22. Dezember)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
75 € + 9 € Zusatzkosten

B2 Spanisch Prüfungsvorbereitungskurs

Voraussetzung zur Teilnahme ist das Niveau B2 nach dem GER, siehe Seite 137.
! Anmeldung nur nach Beratung!

76051Y8
Sierra Romero
Dienstag, 18 – 19.30 Uhr, 10 x 2 Ustd.
3. November – 26. Januar 2016
(kein Unterricht am 22. Dezember)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
70 € + 9 € Zusatzkosten

DELE: DIPLOMAS DE ESPAÑOL COMO LENGUEA EXTRANJERA
Die Diplomas de Español como Lengua Extranjera (D.E.L.E.), die das spanische Ministerium für Bildung und Kultur in Zusammenarbeit mit der Universidad de Salamanca und dem Instituto Cervantes vergibt, sind offizielle Zertifikate zum Nachweis spanischer Sprachkenntnisse bei öffentlichen und privaten Institutionen. Die Prüfungen zum Erwerb dieser Diplome werden für die sechs Niveaustufen des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens (GER) angeboten (siehe Seite 137).

BILDUNGSURLAUBSANGEBOTE SPANISCH

A1 Spanisch für AnfängerInnen

76X02Y8
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
5. – 9. Oktober
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

A1 Spanisch für AnfängerInnen

76X03Y8
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
30. November – 4. Dezember
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

A2 Spanisch mit Grundkenntnissen
Buchbar nach ca. 120 Unterrichtsstunden oder vier Semestern Spanisch

76X05Y8
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 40 Ustd.
14. – 18. September 2015
Haus der VHS
125 € + 3 € Materialgeld

OmU-Woche im Apollo-Kino Linden
siehe Seite 198

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Mathilde Wasmeier
SPRECHSTUNDE Dienstag und Donnerstag, 10 – 13 und 16 – 18 Uhr (außer in den Schulferien)
TEL 168-44631 **FAX** 168-41527
E-MAIL mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum E 24, Erdgeschoss

THAILÄNDISCH

Die Thailändische Sprache, zu den Tai-Kadai-Sprachen gehörend, ist anders als europäische Sprachen eine ‚Tonsprache'. Durch unterschiedliche Tonhöhe – es gibt fünf verschiedene Töne – und Tonverlauf erhalten die größtenteils einsilbigen Wörter verschiedene Bedeutungen.
Sie bekommen die Grundlagen der Sprache vermittelt und werden in der Lage sein, alltägliche Situationen, wie Begrüßung, Sich vorstellen, Einkaufen, Restaurantbesuche etc. zu meistern.
Die Aussprache wird mittels einer einfach zu beherrschenden Lautschrift geübt und gelehrt. Das thailändische Alphabet wird in seinen Grundzügen erklärt.
„Es macht sehr viel Spaß, Thai zu sprechen"
Pu:d pa:sa: – tai sanug ma:g

THAILÄNDISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrbuch: „Sanùg sabaai Thai für Anfänger
Klett Verlag ISBN 978-3-12-528950-5

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78062M8
Panprapai Vieth
Donnerstag, 16.30 – 18 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Thailändisch 3. Semester 78063M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 4 – 5

78067M8
Panprapai Vieth
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Thailändisch 6. Semester 78066M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

Unterrichtsmaterialien werden bekannt gegeben.

A2 – B1 Auffrischungskurs VIII

78068M8
Panprapai Vieth
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Thailändisch Auffrischungskurs IX 78069M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

Hinweis zu den „kleinen Sprachbereichen"
siehe Seite 140

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

JETZT ANMELDEN!
- mit den Anmeldekarten, die Sie im hinteren Teil dieses Programms finden
- einfach formlos per Postkarte oder Brief an die VHS, Burgstraße 14, 30159 Hannover
- telefonisch unter 168-44783, per Fax: 168-41532
- sowie per E-Mail: info@vhs-hannover.de

www.vhs-hannover.de

TÜRKISCH

Die türkische Sprache i. e. Türkçe ist Amtssprache in der Türkei und Zypern und gehört zu den Turksprachen. Die Sprache beinhaltet zahlreiche Dialekte. Das Türkisch, das in Istanbul gesprochen wird, wird als Hochtürkisch angesehen. Türkisch ist die Muttersprache von etwa 65 Millionen Menschen. *(Siehe auch Wikipedia)*

A1 Türkisch in 24 Stunden

Möchten Sie sich in kürzester Zeit ein türkisches Grundvokabular aneignen und in der Lage sein, sich zu verständigen? Dieses Intensivseminar bietet Ihnen an zwei Wochenenden die Möglichkeit dazu und setzt keine Kenntnisse der türkischen Sprache voraus.

78702M8
Jale Şekeroğlu
Samstag und Sonntag, 9.30 – 15.15 Uhr, 4 x 6 Ustd.
14./15. und 21./22. November
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

A1 Unterwegs in der Türkei

Ihr Türkeiurlaub steht vor der Tür? Sie wollten schon immer mehr über Landeskunde, Sprache und Kultur der Türkei erfahren? Sie können sich nicht ein ganzes Semester Zeit nehmen?
Dann sind Sie im Kurs „Unterwegs in der Türkei“ genau richtig!
An vier Samstagen erhalten Sie einen Einblick in die türkische Sprache – z. B. wichtige Redewendungen und Umgangsformen und erfahren auch interessante und spannende Fakten und Eigenarten der Kultur meiner Heimat.
Ich freue mich sehr darauf, Sie in meinem Kurs begrüßen zu können.
Bis dahin, Güle Güle!

78703M8
Mukkades Degirmenci
Samstag, 10 – 15.45 Uhr, 4 x 6 Ustd.
19. und 26. September + 10. und 17. Oktober
Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten

Informationen über Bildungsurlaub Türkisch im Jahr 2016
erhalten Sie ab November
bei Mathilde Wasmeier unter Tel. 168-44631
und Marion Mayer unter Tel. 168-45498

TÜRKISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.

Lehrwerk: „Kolay gelsin! “
Klett Verlag 978-3-12-528860-7

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

78728M8
Esra Sara Tunakan
Donnerstag, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Türkisch 2. Semester 78713M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

A1 1. Semester, Lektionen 1 – 2

Bitte das Lehrwerk nicht vor Kursbeginn erwerben.

78729M8
Esra Sara Tunakan
Donnerstag, 19.45 – 21.15 Uhr, 11 x 2 Ustd.
24. September – 17. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
61,60 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Türkisch 2. Semester 78714M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78731M8
Jale Arzu Odenwald
Mittwoch, 18 – 19.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Türkisch 2. Semester 78715M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78732M8
Jale Arzu Odenwald
Mittwoch, 19.45 – 21.15 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
Folgekurs Türkisch 2. Semester 78716M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 2. Semester, Lektionen 3 – 4

78733M8
Jale Şekeroğlu
Mittwoch, 17.15 – 18.45 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Türkisch 3. Semester 78717M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 4. Semester, Lektionen 7 – 9

78734M8
Semra Maden
Donnerstag, 19 – 20.30 Uhr, 12 x 2 Ustd.
17. September – 17. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Türkisch 5. Semester 78719M8 ab Donnerstag 14. Januar 2016

A1 5. Semester, Lektionen 5 – 6

78735M8
Jale Şekeroğlu
Mittwoch, 18.50 – 20.20 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Südstadtschule, Böhmerstraße 10
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Türkisch 6. Semester 78720M8 ab Mittwoch 13. Januar 2016

Türkische Küche siehe Seite 91

Grundzüge der Geschichte des Osmanischen Reiches siehe Seite 106

UNGARISCH

Die ungarische Sprache gehört wie Finnisch zur uralaltaischen Gruppe (finnisch-ugrische, samojedische, altaische, japanische, Eskimosprache). Sie ist die einzige nicht indo-europäische Sprache im mitteleuropäischen Raum. Aus dem 9. Jahrhundert – Datierung ist nicht unumstritten – stammen Funde ungarischer Runenschrift. Heute wird die ungarische Sprache – seit 1. Mai 2004 auch eine der Amtssprachen in der EU – von ungefähr 15 Millionen Menschen gesprochen.

A1 Wir sprechen Ungarisch

Wir beschäftigen uns mit der Aussprache, also Phonologie, der ungarischen Sprache. Zu Beginn stehen wesentliche Ausspracheregeln im Vordergrund. Danach wenden wir uns der Praxis zu und üben anhand von Materialien - größtenteils aus Bereichen des öffentlichen Lebens (z. B. Stadtkarten, Straßenverzeichnisse, Telefonbuch, Namenskalender, Fahrpläne, Speisekarten etc.). Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. TeilnehmerInnen mit Ungarisch-Kenntnissen, die ihre Aussprache verbessern und üben wollen, sind herzlich willkommen.

78922M8
Edina Molnár
Sonntag, 10 – 16.30 Uhr, 1 x 7 Ustd.
11. Oktober, Wochenendveranstaltung
Haus der VHS
19,60 € + 5,50 € Zusatzkosten

UNGARISCH – STANDARDKURSE
Die Kurse bauen aufeinander auf.
Das Lehrwerk wird bekannt gegeben.

A1 1. Semester

78927M8
Edina Molnár
Mittwoch, 19.35 – 21.05 Uhr, 12 x 2 Ustd.
16. September – 16. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Ungarisch 2. Semester 78922M8
ab Mittwoch 13. Januar 2016

A1 5. Semester

78928M8
Edina Molnár
Dienstag, 19.35 – 21.05 Uhr, 12 x 2 Ustd.
15. September – 15. Dezember
Haus der VHS
67,20 € + 9 € Zusatzkosten
… Folgekurs Ungarisch 6. Semester 78926M8
ab Dienstag 12. Januar 2016

Zusätzliche
BERATUNG UND ANMELDUNG FÜR ALLE FREMDSPRACHENKURSE
zum neuen Herbstsemester am
Samstag, **5. September 2015, 10 – 14 Uhr**
im neuen Haus der VHS, Burgstraße 14.

SPEZIELLE BERATUNG FÜR ROMANISCHE + NORDISCHE SPRACHEN UND NIEDERLÄNDISCH
Montag, 7. September – Freitag, 11. September
10 – 13 Uhr
Dienstag, 8. September + Do., 10. September
16 – 18 Uhr

Wir sind angekommen!

DIE VHS – JETZT AN DER LEINE!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

apollo

Studio für Filmkunst • Limmerstraße 50 • Tel. (0511) 452438 (ab 17.30 Uhr) • www.apollokino.de

Alle Filme in ORIGINALFASSUNG mit deutschen Untertiteln

OMU-WOCHE IN KOOPERATION MIT DER VHS HANNOVER

Donnerstag • 05.11.15 • 20.15 Uhr

BEST EXOTIC MARIGOLD HOTEL 2

SECOND BEST EXOTIC MARIGOLD HOTEL – ENGLISCH

Lassen sie sich erneut verführen vom Witz der britisch-indischen „Marigold Hotel"-Geschichte und ihren starbesetzten Senioren von Judi Dench, Maggie Smith bis Bill Nighy – und diesmal mit Richard Gere als Neuankömmling. Mit bissigen Dialogen, exotischer Romantik, menschlicher Wärme und klugen Kommentaren zum Leben (und Älterwerden) verbreitet diese durch und durch britische Komödie wieder einen wunderbaren Wohlfühlcharme!
GB 2015 • 122 Min. • Regie: John Madden • FSK: 6 Jahre
mit: Dame Judi Dench, Maggie Smith, Bill Nighy, Dev Patel, Richard Gere

Freitag • 06.11.15 • 18.00 Uhr

SCIALLA – EINE GESCHICHTE AUS ROM

SCIALLA – ITALIENISCH

Luca ist 15, seinen Vater kennt er nicht. Er steckt voller Lebenslust und Energie, nur mit dem Lernen hat er es nicht so. Also sind Nachhilfestunden nötig. Die gibt Bruno Beltrami, ein ehemaliger Lehrer, der den Schuldienst an den Nagel gehängt hat und sich als Ghostwriter für Biografien von Fußballern und Fernsehstars über Wasser hält. Brunos ereignisloses Leben wird durcheinandergewirbelt, als er herausfindet, dass Luca sein Sohn ist!
ITALIEN 2011 • 95 Min. • Regie: Francesco Bruni • FSK: 12 Jahre
mit: Fabrizio Bentivoglio, Barbora Bobulova, Filippo Scicchitano, Vinicio Marchioni

Samstag • 07.11.15 • 18.00 Uhr

VERSTEHEN SIE DIE BÉLIERS?

LA FAMILLE BÉLIERS – FRANZÖSISCH

Diese unerhörte Komödie aus Frankreich erzählt erfrischend komisch aus der stillen, aber gar nicht lautlosen Welt der Familie Bélier, in der alle bis auf Paula gehörlos sind. Gefühlsechtes Feelgood-Kino, das das Leben feiert und das Herz der Zuschauer schon nach wenigen Minuten erobert und nicht mehr los lässt. *„Eine wunderbare Komödie."* – LE PARISIEN.
„Ein Film, der begeistert." L'EXPRESS
FRANKREICH 2014 • 105 Min. • Regie: Éric Lartigau • FSK: 6 Jahre
mit: Karin Viard, François Damiens, Éric Elmosnino, Louane Emera

Sonntag • 08.11.15 • 18.00 Uhr

45 YEARS

45 YEARS – ENGLISCH

Ein hinreißend inszenierter Film über Jugend und Alter, über Zweifel und Treue, verpasste Chancen, Vertrauensbrüche und Wiedergutmachungsversuche, über Coolness und Enttäuschung, Versuche, die Kontrolle zu behalten und Gesten, die jeden Kontrollversuch Lügen strafen. Ein melancholischer, verliebter und wütender Film, wundervoll.
GB 2015 • 93 Min. • Regie: Andrew Haigh • FSK: 12 Jahre
mit: Charlotte Rampling (Die Verdammten, Nachtzug nach Lissabon), Tom Courtenay (Nachtzug nach Lissabon), Dolly Wells

Montag • 09.11.15 • 18.00 Uhr

ZU ENDE IST ALLES ERST AM SCHLUSS

LES SOUVENIERS – FRANZÖSISCH

Lassen Sie sich verzaubern: Ein liebevolles Feelgood-Movie à la française, u. a.. mit Chantal Lauby (Monsieur Claude und seine Töchter). Die sanft-melancholische Komödie über den Kreislauf des Lebens ist mit Herz und Verstand inszeniert und erzählt von den Träumen und Enttäuschungen dreier Generationen anhand eines jungen Mannes, seines Vaters und dessen Mutter und ihrer Suche nach dem Sinn des Lebens und natürlich der Liebe. Ein schöner, hervorragend konstruierter, subtiler Film.
FRANKREICH 2014 • 94 Min. • Regie: Jean-Paul Rouve • FSK: 6 Jahre
mit: Michel Blanc (Sie sind ein schöner Mann, Madame Mallory), Annie Cordy (Die Katze), Mathieu Spinosi, Chantal Lauby (Monsieur Claude und seine Töchter)

Dienstag • 10.11.15 • 18.00 Uhr

CARMINA O REVIENTA

CARMINA O REVIENTA – SPANISCH

Wohl der lustigste Film dieses Jahres!!! Malaga 2012 Publikumspreis!!! Als die rüstige Ladenbesitzerin Carmina zum wiederholten Male bestohlen wird, schmiedet sie einen Plan. Da ihre Versicherung für die 80 abhanden gekommenen Schinken nicht aufkommen will, beschließt sie auf eigene Faust das Geld zurück zu erhalten um ihre Familie aus der ständigen Geldknappheit zu befreien. Während sie darauf wartet, dass ihr Plan Früchte trägt, denkt sie viel über ihr Leben, ihre Arbeit und ihren Laden nach.
SPANIEN 2012 • 71 Min. • Regie: Paco Léon • FSK: 12 Jahre
mit: Carmina Barrios, María León, Paco Casaus, Ana María García

Mittwoch • 11.11.15 • 18.00 Uhr

WIR SIND DIE BESTEN

VI ÄR BÄST – SCHWEDISCH

Lukas Moodysson (Fucking Åmål) erzählt in seinem neuen Film von drei Teenager-Mädchen, die Anfang der 80er Jahre die Straßen der schwedischen Hauptstadt unsicher machen. Bobo und Klara, zwölf Jahre alt, beherrschen zwar keine Instrumente, wollen als Musikerinnen aber ernst genommen werden. Deshalb gründen sie ausdrücklich eine Punkband und nicht etwa eine „Girlgroup". Lautstark, witzig und mit vielen stimmigen Details blickt „We Are the Best" auf eine Zeit zurück, in der feministische und politische Lösungen das Alltagsleben junger „Rebel Girls" durchdringen.
SCHWEDEN 2013 • 102 Min. • Regie: Lukas Moodysson • FSK: 12 Jahre
mit: Mira Barkhammar, Liv LeMoyne, Mira Grosin, David Dencik, Alexander Karlsson

Foto: © drx – Fotolia.com

BERUFLICHE BILDUNG

VHS CONCEPT – LEHRGÄNGE	200
GESUNDHEIT: BERUF UND EHRENAMT	201
LEHRGÄNGE FÜR AUS- UND WEITERBILDUNG	203
KAUFMÄNNISCHE PRAXIS	204
TASTSCHREIBEN	209

7

Foto: © EtiAmmos – Fotolia.com

vhsConcept-Lehrgänge anderer VHSen im Regionalverbund Hannover

vhsConcept ist ein Verbund von 60 Volkshochschulen in Niedersachsen, die nach festgelegten Qualitätsstandards Lehrgänge zur Qualifizierung und Fortbildung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales anbieten. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis oder bei prüfungsbezogenen Lehrgängen ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V. Die Durchführung der Programme liegt in der Verantwortung der genannten Einrichtung. Hier erhalten Sie auch nähere Informationen. Eine Übersicht und ausführliche Beschreibung der aufgeführten vhsConcept-Lehrgänge und anderer Lehrgänge im vhs Regionalverbund Hannover finden Sie unter *www.vhs-regionalverbund-hannover.de*.

Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen (VHS)
Beginn: 18.11.2016, Info-Termin: 01.12.2015
vhs Hannover Land, Angela Franke, Tel. 05032 9819-90

Fachkraft Kleinstkindpädagogik (VHS)
Beginn: 06.11.2015, Info-Termin: 28.09.2015
vhs Hannover Land, Angela Franke, Tel. 05032 9819-90
Beginn: Frühjahr 2016
KVHS Peine, Monika Schweda, Tel. 05171 401-3242
Beginn: April 2016, Info-Termin: 10.11.2015,
VHS Hildesheim, Markus Roloff, Tel. 05121 9361-154

Integrative Bildung und Erziehung in der Kindertagesstätte
Beginn: 27.11.2015, Info-Termin: 06.11.2015,
VHS Hildesheim, Edda Klukkert, Tel. 05121 9361-451

„Wir möchten ein Kind adoptieren" – Qualifizierung für Adoptiveltern
Beginn: auf Nachfrage
KVHS Peine, Monika Schweda, Tel. 05171 401-3242

Systemische/r Familienberater/in (VHS)
Beginn: 18.09.2015, Info-Termin: 15.07.2015
VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, Tel. 05105 5216-31
Beginn: 18.03.2016, Info-Termin: 11.02.2016
KVHS Peine, Monika Schweda, Tel. 05171 401-3242
Beginn: 08.04.2016, Info-Termine: 19.11.2015 und 03.03.2016
VHS Ostkreis Hannover, Astrid Voges, Tel. 05132 5000-15
Beginn: 05.02.2016, Info-Termin: 17.11.2015
vhs Hannover Land, Angela Franke, Tel. 05032 9819-90

Systemische/r Familienberater/in (VHS) – Aufbaulehrgang
Beginn: 20.03.2016
KVHS Peine, Monika Schweda, Tel. 05171 401-3242
Beginn: 27.11.2015, Info-Termin: 06.10.2015
VHS Schaumburg, Dirk Eickstädt, Tel. 05721 787-117

Mediation (VHS)
Beginn: auf Anfrage
VHS Hildesheim, Birgit Krauss, 05121 9361 351

Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen (VHS)
Beginn: 09.10.2015, Info-Termin: 23.09.2015
VHS Hildesheim, Markus Roloff, Tel. 05121 9361-154
Beginn: 05.11.2015, Info-Termin: 01.10.2015
VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, Tel. 05105 5216-31
Beginn: Frühjahr 2016
KVHS Peine, Monika Schweda, Tel. 05171 401-3242
Beginn: 02.11.2015, Info-Termin: 14.09.2015
vhs Hannover Land, Angela Franke, Tel. 05032 9819-90
Beginn: 03.05.2016, Info-Termin: 01.03.2016
VHS Langenhagen, Susanne Braun, Tel. 0511-7307-9709

Pädagogische/r Mitarbeiter/in Sekundarstufe
Beginn: 04.09.2015
KVHS Peine, Monika Schweda, Tel. 05171 401-3242
Beginn: 15.09.2015, Info-Termin: 18.08.2015
VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, Tel. 05105 5216-31

vhsConcept Hochschulzugang/Studieren mit und ohne Abitur
Beginn: auf Anfrage
VHS Hildesheim, Dr. Alexey Ponomarev, Tel. 05121 9361-151

Sprachliche Bildung in Kindertageseinrichtungen
Beginn: 08.04.2016, Info-Termin: 09.03.2016
VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, 05105 5216-31

Fachkraft Inklusion
Beginn: 22.04.2016, Info-Termine: 28.09.2015 und 02.03.2016
VHS Calenberger Land und vhs Hannover, Angela Franke, 05032 9819-90

SONSTIGE LANGZEITFORTBILDUNGEN

Aufbaumodul Inklusion für Pädagogische Mitarbeiter/innen an Grundschulen
Beginn: 12.01.2016, Info-Termin: 01.12.2015
VHS Langenhagen, Susanne Braun, Tel. 0511 7307-9709
Beginn: 11.04.2016, Info-Termin: 29.02.2016
VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, Tel. 05105 5216-31

Elternberater/in
Beginn: 19.02.2016, Info-Termin: 01.12.2015
vhs Hannover Land, Angela Franke, 05032 9819-90

Qualifizierung für die Kindertagespflege (160 Std.)
kombiniert mit 80 Std. für pädagogisches Fachpersonal
Beginn: Frühjahr 2016, Abend- und Wochenendform
VHS Hildesheim, Edda Klukkert, 05121 9361-451
Beginn: 08.04.2016, Info-Termin: 01.03.2016
VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, 05105 5216-31
Beginn: Auf Nachfrage
KVHS Peine, Monika Schweda, 05171 401-3242
Beginn: September 2015, Info-Termin: auf Anfrage,
VHS Hannover, Olivia Busse, 0511 168-45938

PilateslehrerIn (VHS)
Beginn: 10.10.2015, Wochenendform
VHS Hildesheim, Edda Klukkert, Tel. 05121 9361-451

Vorbereitung auf die Heilpraktikerprüfung
Info-Termine: 15.10.2015 und 16.02.2016
VHS Hildesheim, Edda Klukkert, Tel. 05121 9361-451

Die Arbeit mit Grundschulkindern in der Kindertagespflege (40 Std.)
Beginn: Herbst 2016
vhs Hannover Land, Angela Franke, Tel. 05032 9819-90

Kontemplative Gesprächstherapie und Coaching für die psychotherapeutische und spirituelle Beratungspraxis – Lehrgang
Beginn: 27.11.2015; Info-Termine: 29.09.2015
VHS Hildesheim, Edda Klukkert, Tel. 05121 9361-451

Fachkraft Ästhetische Bildung – Basismodul – Fachmodul MINT – Fachmodul Medien
in Kooperation mit der Kunstschule Hildesheim e. V.
Beginn: 18.09.2015
VHS Hildesheim, Staffani Greber, Tel. 05121 9361-153

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Birgit Robel
TEL 168-44703
SPRECHSTUNDE: Dienstag + Donnerstag, 10 – 13 Uhr und Donnerstag, 16 – 18 Uhr
E-MAIL birgit.robel@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 202, 2. Etage

SACHBEARBEITUNG
Birgit Hoffmeister **TEL** 168-43502
E-MAIL birgit.hoffmeister@hannover-stadt.de
Eva Schoeler **TEL** 168-36250
E-MAIL eva.schoeler@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, Raum 204 + 206, 2. Etage

GESUNDHEIT: BERUF UND EHRENAMT

weiterBILDUNG

ZEW der Leibniz Universität Hannover in Kooperation mit VHS Calenberger Land und VHS Hannover.

Berufsbegleitende Weiterbildung ab 50 Jahre

Kontaktstudium Gesundheit und Beratung – Körper, Identität, Achtsamkeit und Glück

Das Kontaktstudium Gesundheit und Beratung ist ein Weiterbildungsprogramm zur Vermittlung von Wahrnehmungs- und Beratungskompetenz. Es trägt dem demografischen Wandel Rechnung, indem es für Menschen ab 50 Jahren neue Themenfelder, Gestaltungsräume, Kompetenzen und Projekte erschließen will. Die besondere Qualifikation von Älteren besteht in Lebenserfahrung, d.h. alle haben bereits „Change-Prozesse“ gestaltet, im Erwerbsleben und im Privatleben. Sie haben gelernt, mit sich selbst umzugehen und wissen, dass Lernen nie aufhört. Sie möchten ihr Wissen/ihre Kompetenzen weitergeben und sich mit Anderen über ihre besonderen Qualifikationen auseinandersetzen. In diesem Programm sollen deshalb neue Projekte, Themenfelder und Gestaltungsspielräume mit dem Ziel entwickelt werden, die eigenen Ressourcen neu zu entdecken, um Menschen in Wandlungsprozessen zu beraten und zu begleiten.
Das Programm hat insgesamt 195 Unterrichtsstunden, die sich vorwiegend auf mehrere monatliche Module jeweils Freitag/Samstag (plus Supervisionstermine) aufteilen. Die Module beziehen sich auf die neuen Rolle als Berater/oder Beraterin, Konzepte und Methoden zu Gesundheit und Körper, Methoden der Gesundheits- Lebens- und Change-Beratung, existentielle Themen in der Beratung. Hinzu kommt die Supervision der eigenen Beratungsprojekte durch erfahrene Supervisoren. Eine Abschlusszertifikat der ZEW der Leibniz-Universität Hannover in Kooperation mit den Volkshochschulen kann erworben werden.

→

3. Semester (geschlossene Gruppe)
99550R8
Eva Kristin Hellmann u. a.
Freitag, 17 – 21 Uhr, Samstag, 10 – 19 Uhr
ab 18./19. September, 195 Ustd.
1996 €, 15 monatliche Raten à 135 €
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

Ein neuer Lehrgang beginnt im April 2016.

9955XR9
Informationsabend
Freitag, 17 – 19 Uhr
20. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
Bitte melden Sie sich an bei der VHS Calenberger Land, Nadja Heinrichs, Tel. (05105) 521631, *nadja.heinrichs@vhs-cl.de*

vhsConcept vhs Landesverband Niedersachsen

SuchtkrankenhelferIn (VHS)

In der Suchtkrankenhilfe arbeitet eine Vielzahl ehrenamtlicher MitarbeiterInnen, die vor dem Hintergrund eigener oder in der Familie erlebter Abhängigkeit Hilfe leisten. Aber auch in unterschiedlichen beruflichen Kontexten (z. B. Betriebe, JVA, Schule u. a.) gibt es die Notwendigkeit eines Engagements in der Suchtberatung. Hilfe für Suchtkranke erfordert somit eine Zusammenarbeit von ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeitern sowie eine entsprechende Qualifikation.
Mit dem Ansatz, die Erfahrung beider Bereiche füreinander nutzbar zu machen, wurde dieser berufsbegleitende Lehrgang gemeinsam mit den unterschiedlichsten Einrichtungen in der Suchtkrankenhilfe in Niedersachsen erarbeitet und ist über lange Jahre erprobt. Er hat das Ziel, Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit zu Unterstützen sowie die Kompetenz von SuchtkrankenhelferInnen im beruflichen und privaten Rahmen zu erweitern.
Inhalte:
- Soziologische Aspekte der Sucht
- Psychologische und sozialpsychologische Aspekte
- Medizinische und pharmakologische Aspekte
- Rechtliche und organisatorische Bedingungen
- Pädagogische Aspekte
- Supervision und Selbsterfahrung
- Hospitation (30 Ustd.)

Der Lehrgang umfasst neben dem Unterricht auch Hospitationen in Einrichtungen der Suchtkrankenhilfe. Er schließt mit einer Prüfung ab. Jeder Teilnehmer/in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V..

→

Der Lehrgang findet einmal im Monat am Samstag und Sonntag mit jeweils 20 Unterrichtsstunden statt. Er wird in Kooperation mit den Volkshochschulen Heidekreis (Walsrode), Calenberger Land und Hildesheim durchgeführt.
Leitung: Karen van der Meer, M. Sc. Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin und Charalabos Avgitidis, Krankenpfleger, Soziotherapeut, systemischer Berater i. A.
Dauer: **November 2015 – Januar 2015**

Lehrgang 200 Ustd.
94175R2
2. Semester (geschlossene Gruppe)
Charalabos Avgitidis, Karen van der Meer
Samstag und Sonntag, 10 – 19.15 Uhr
ab 26./27. September
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
646 € + 14 € Bearbeitungsentgelt
+ 50 € Prüfungsgebühr

Ein neuer Lehrgang wird voraussichtlich im Herbst 2016 beginnen.

vhsConcept vhs Landesverband Niedersachsen

SuchtkrankenberaterIn (VHS)

Dieser Lehrgang ist eine Weiterqualifizierung für Teilnehmende aus dem Lehrgang „Suchtkrankenhelfer/in (VHS)“. Die im Konzept „ Suchtkrankenhelfer/in“ beschriebenen Inhalte werden intensiviert. Ein besonderer Schwerpunkt liegt hierbei auf der kontinuierlichen Supervision der in der Hospitationszeit durchgeführten Beratungen. Der Lehrgang umfasst 330 Unterrichtsstunden.
Ein neuer Lehrgang beginnt voraussichtlich im Frühjahr 2016.

DUO Ehrenamtliche Seniorenbgleitung
siehe Seite 33

Grundlehrgang –
Qualifizierung zur/m Kursleiter/in

Bewegung, Spiel und Entspannung: Yoga für Kinder (VHS)

Berufsbegleitende Fortbildung
Die Erlebniswelten und Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern und Jugendlichen haben sich verändert. Haltungsschäden, Konzentrationsschwächen, Hyperaktivität oder Unlustgefühle sind Ausdruck zunehmender alltäglicher Belastungen. Altersentsprechende Yogaübungen können dabei helfen, körperliche Entspannungszustände, Stresssymptome und gesundheitliche Probleme bei Kindern und Jugendlichen abzubauen bzw. gesundheitsfördernd umzuformen.
Dieser berufsbegleitende Lehrgang richtet sich an Menschen, die in pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen arbeiten. Ziel ist es, die Übungsformen des Yoga für Kinder in den eigenen Arbeitsbereich einzubeziehen oder als eigenständige Kurse für diese Altersgruppe anzubieten.
Der Unterricht findet an Wochenenden verteilt auf 3 Semester statt.
Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab.
Jede/r Teilnehmer/-in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V. und dem Forum Gesundheit und Bildung e. V.
Leitung: Jörg Ahlff, Soziologe, Gesundheitspädagoge (IPSG) und Yogalehrer.
Die Fortbildung findet in Kooperation mit dem Forum Gesundheit und Bildung e. V. und der Volkshochschule Hildesheim gGmbH statt.

Lehrgang 250 Ustd.

95166R7

1. Semester
Jörg Ahlff u. a.
Freitag, 17.30 – 20.30 Uhr, Samstag, 9 – 18.30 Uhr
oder Samstag, 9 – 18.30 Uhr und Sonntag, 9 – 16 Uhr
ab 10./11. Oktober
Seminarzentrum, Rumannstr. 15 *oder*
Sarstedt, Vor der Kirche 7
1470 € + 120 € Prüfungsgebühr
(Ratenzahlung + Ermäßigung möglich)

Aufbaulehrgang

YogalehrerIn für Kinder und Jugendliche (VHS)

Dieser Lehrgang baut auf den Grundlehrgang auf und führt zum Abschluss YogalehrerIn für Kinder und Jugendliche (VHS).
Der Lehrgang umfasst 250 Unterrichtsstunden. Davon entfallen 200 Unterrichtsstunden auf Unterricht, Praktikumsphase, Projektarbeit, Supervision und 50 Unterrichtsstunden auf das Wahlpflichtprogramm (Besuch von Yogakursen).
Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab.
Jede/-r Teilnehmer/in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V.
Die Fortbildung findet in Kooperation mit dem Forum Gesundheit und Bildung e. V. und der Volkshochschule Hildesheim GmbH statt.

Ein neuer Lehrgang beginnt voraussichtlich im Herbst 2016.

Fortbildung

Demenzhelferinnen und -helfer in niedrigschwelligen Betreuungsangeboten

Familien, Angehörige und Freunde, die einen demenzerkrankten Menschen zu Hause betreuen und pflegen, benötigen im Alltag verlässliche Freiräume für Erledigungen, eigene Arztbesuche, Erholung und Selbstpflege. Durch den Einsatz von freiwilligen Helferinnen und Helfern, die im Umgang mit Demenzpatienten vertraut sind, können Angehörige endlich einmal Luft holen. Aber auch die Betroffenen selber profitieren vielfältig von diesen Kontakten. Die Demenzhelferinnen und -helfer betreuen und beschäftigen die Erkrankten mit biographisch orientierten Aktivitäten im häuslichen Umfeld oder in einer Betreuungsgruppe.
Dieses Seminar entspricht den Voraussetzungen eines Grundkurses im Rahmen des Pflegeleistungsversicherungsgesetztes § 45 b, SGB XI mit mind. 20 Unterrichtsstunden. Eine Kostenübernahme durch einen anerkannten Träger ist möglich.
Inhalte:
- Persönliche Motivation, Erwartungen
- Das Krankheitsbild der Demenz
- Die Situation pflegender Angehöriger
- Therapiemöglichkeiten
- Kommunikation bei Demenz
- Erinnerungsarbeit und Beschäftigungsmöglichkeiten
- Betreuungsrecht
- Das Netzwerk für Demenzerkrankte und ihre Angehörigen
- Selbstpflege der Betreuenden

→ Die TeilnehmerInnen erhalten eine Teilnahmebescheinigung.
Leitung: Cordula Bolz, Sozialgerontologin;
Die Fortbildung wird in Kooperation mit den städtischen Alten- und Pflegezentren durchgeführt.

99549R2

Cordula Bolz
Freitag, 14.30 – 19 Uhr, Samstag, 10 – 16.30 Uhr
(30 Ustd.)
12., 13. + 19. Februar, 4. + 5. März 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
130 €

Umgang mit Demenzkranken
(Bildungsurlaub 94X51R8) siehe Seite 71

Grundausbildung und Prüfungsvorbereitung

HeilpraktikerIn für Psychotherapie

Das Berufsbild des/der Heilpraktiker/in für Psychotherapie besteht seit Jahren neben dem des Heilpraktikers. Es handelt sich hier um eine eingeschränkte Zulassung zur Ausübung der Heilkunde im Bereich der Psychotherapie, d. h. die bestandene Prüfung bietet Menschen eine Chance, selbstständig oder evtl. angestellt psychotherapeutisch zu arbeiten, ohne ein Medizin- oder Psychologiestudium absolviert zu haben.
Dieser Lehrgang wendet sich auch an Gestalt- und Bewegungs-, Körper-, Atem- und Energie-, Musik- und KunsttherapeutInnen, aber auch an Personen mit Erfahrung in der therapeutischen Arbeit in Institutionen wie SozialarbeiterInnen in der Suchtberatung, BeratungslehrerInnen in schulpsychologischen Diensten, MitarbeiterInnen der Telefonseelsorgeeinrichtungen, KrankengymnastInnen und MasseurInnen etc., die umfassender und eigenständig behandeln bzw. psychologisch beraten wollen. Es ist unser Ziel, den Teilnehmer/n/innen innerhalb eines systematisch strukturierten Orientierungsrahmens die notwendigen Kenntnisse für die amtliche Überprüfung gemäß dem Heilpraktikergesetz (Durchführungsverordnung) zu vermitteln.
Inhalte:
Die Kursinhalte sind streng auf das Bestehen der Überprüfung ausgelegt, das heißt, dass der Lehrgang keine vollständige Ausbildung für die berufliche Praxis ist, da keine Ausbildung in einem Therapieverfahren erfolgt. Es wird daher empfohlen, möglichst kursbegleitend eine Therapieausbildung zu beginnen. Bei der Wahl eines geeigneten Therapieverfahrens können die Dozenten beratend zur Seite stehen.
Der Lehrgang ist und ersetzt keine Therapieausbildung!

→ Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Da die Ausbildung berufsbegleitend zu den derzeitigen Tätigkeiten der Teilnehmer/innen gedacht ist, findet sie ausschließlich an Wochenenden statt, jedoch nicht in den Schulferien. Insgesamt ergeben sich 15 Seminartage mit insgesamt 120 Unterrichtsstunden.
Der Lehrgang wird in Kooperation mit dem Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V. durchgeführt.

Lehrgang 120 Ustd.
99561R8
1. Semester
Thomas Wiebke, Heike Leupold
Samstag, 10 – 17.30 Uhr
ab 21. September
Am Listholze 31

Gebühr 1060 € bei Vorabzahlung oder alternativ vier Quartalsraten à 275 € (insgesamt 1.100 €). In Einzelfällen ist bei Nachweis der Bedürftigkeit eine Ermäßigung um 20 % möglich. Zuzüglich fallen 20 € fürs Skript an.

Lehrgang 120 Ustd.
99560R8
2. Semester (geschlossene Gruppe)
Thomas Wiebke, Heike Leupold
Samstag, 10 – 17.30 Uhr
ab 5. September
Am Listholze 31

ⓘ Ein neuer Lehrgang beginnt am 12. März 2016

Fußreflexzonenmassage siehe Seite 70

Touch for Health – Einstieg in die Kinesiologie (Ausbildungskurs) siehe Seite 76

Lösungsorientierte systemische Beratung siehe Seite 51

NLP-Practioner-Ausbildung siehe Seite 50

Die Kraft der Märchen – Märchenerzählen in therapeutischen und pädagogischen Bereichen siehe Seite 50

Meditation am Arbeitsplatz siehe Seite 79

Interkulturell kompetentes Handeln in Gesundheit und Pflege siehe Seite 53

LEHRGÄNGE FÜR AUS- UND WEITERBILDUNG

Der Lehrgang findet in Kooperation mit der KiTaB-Kindertagesbetreuung e. V. Hannover statt.

Qualifizierung in der Kindertagespflege

ⓘ Tel. 168-45938

Die Qualifizierung vermittelt fachspezifische Kenntnisse nach dem Curriculum des Deutschen Jugendinstituts (DJI) und der Prüfungsordnung des Bundesverbandes für Kindertagespflege e. V. mit 160 Unterrichtsstunden. Die Kindertagespflegepersonen werden pädagogisch für ihre Arbeit mit Kindern, auf die Kooperation mit den Eltern und auf die Rahmenbedingungen vorbereitet. Die Qualifizierung schließt mit einer Prüfung nach der Prüfungsordnung des Bundesverbandes für Kindertagespflege e. V. ab.
Das Zertifikat ist bundesweit anerkannt.
Sowie:
„Fit für den Start“
Einführung in die Praxis einer Kindertagespflegeperson: Hospitation und Fachbegleitung.
Voraussetzung: Gute Deutschkenntnisse, Qualifizierter Hauptschulabschluss
ⓘ Anmeldung nur nach vorheriger Beratung möglich. Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin für die Eignungsfeststellung gem. § 23 oder 43 SGB VIII bei der KiTaB e. V., Tel. (0511) 22008 80. In den Ferien findet kein Unterricht statt.

67078H8
Dozententeam
Beginn: **voraussichtlich Herbst 2015**
(Ratenzahlung möglich)

TAGESLEHRGÄNGE FÜR AUS- UND WEITERBILDUNG

ⓘ Tel. 168-45618

MASSNAHMEN FÜR ARBEITSSUCHENDE MIT BILDUNGSGUTSCHEIN

Folgende Maßnahmen werden in Zusammenarbeit mit der Agentur für Arbeit Hannover und anderen Stellen durchgeführt. Die Teilnahme ist in der Regel kostenfrei. Einzelheiten erfragen Sie bitte telefonisch.

Umschulung zur/m Kauffrau/-mann für Büromanagement in Teilzeit

für ArbeitslosengeldempfängerInnen mit Hauptschulabschluss in Teilzeit.
Dauer: 28 Monate.
Abschlüsse: IHK, Tastschreibzertifikat.
Die Umschulung ist für Alleinerziehende, BerufsrückkehrerInnen und Menschen mit Migrationshintergrund (Deutschförderung) besonders geeignet.
Beginn: **28. September**
ⓘ Tel. 168-45618 oder -45770

Umschulung zur/m Kauffrau/-mann im Einzelhandel in Teilzeit

für ArbeitslosengeldempfängerInnen mit Hauptschulabschluss. Die Umschulung ist für Alleinerziehende, BerufsrückkehrerInnen und Menschen mit Migrationshintergrund (Deutschförderung) besonders geeignet.
Dauer: 28 Monate, IHK-Abschluss.
Beginn: **5. Oktober**
ⓘ Tel. 168-45618 oder -45770

NEU
M3-WORKSHOPS
Kreative und Modebegeisterte aufgepasst:
Ab jetzt bietet M3 **Tages-, Wochenend- und Abendkurse** für Anfänger und Fortgeschrittene an.
Infos unter: **M3-MenschenMachenMode.de**

SACHGEBIETSLEITUNG
Dr. Susanne Kannenberg **TEL** 168-44774
PROGRAMMBEREICHSLEITUNG
Renate Ackermann
SPRECHSTUNDE Renate Ackermann
TEL 21555668, nach Vereinbarung

BÜROZEITEN Montag – Donnerstag, 8 – 15 Uhr und Freitag, 8 – 13 Uhr
Andrea Spötter **TEL** 168-45617
E-MAIL: andrea.spoetter@hannover-stadt.de
Margarethe Tarara **TEL** 168-45618
E-MAIL margarethe.tarara@hannover-stadt.de
ORT VHS, Büssingweg 9

KAUFMÄNNISCHE PRAXIS

Firmenschulungen

Wir schulen Ihre Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen bei uns oder Ihnen im Haus in EDV, sozialen Kompetenzen, Managementfähigkeiten und kaufmännischen Kenntnissen. Sprechen Sie uns an, damit wir Ihnen ein passgenaues Angebot unterbreiten können.

Module für die Abschlüsse nach dem EUROPEAN BUSINESS PROFESSIONAL SYSTEM

Die Module/Kurse dieser Bereiche bereiten Sie auf die europaweit einheitlichen Prüfungen der Europäischen Prüfungszentrale (epz) vor. Die Prüfungen werden von der Europäischen Prüfungszentrale abgenommen, aber an der Volkshochschule durchgeführt. Für jede erfolgreiche Prüfung gibt es ein Einzelzeugnis. Sie können die Module auch einzeln belegen, und Sie sind nicht verpflichtet, an der Prüfung teilzunehmen.
Nach erfolgreichem Abschluss aller erforderlichen Module erhalten Sie das Zertifikat „Fachkraft …“ oder „European Controlling Assistant“.

Fachkraft Personalabrechnung (Fachkraft Lohn und Gehalt)

Der Kurs wendet sich an TeilnehmerInnen mit abgeschlossener kaufmännischer Berufsausbildung und EDV-Kenntnissen, die eine qualifizierte Tätigkeit im Bereich Personalabrechnung anstreben bzw. an MitarbeiterInnen, die ihre praktischen Kenntnisse aus dem Abrechnungswesen vertiefen wollen.

Module:
- Lohn und Gehalt Theorie – Seite 207
- Lohn und Gehalt EDV – Seite 209
- Arbeitsrecht für die Abrechnung – Seite 205

Abschluss:
Nach erfolgreicher Teilnahme an den Bausteinprüfungen „Lohn und Gehalt – Theorie“ und „EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung mit DATEV“ erhalten Sie ein Zertifikat der Europäischen Prüfungszentrale „Fachkraft Lohn und Gehalt“; legen Sie zusätzlich die Bausteinprüfung „Arbeitsrecht für die Abrechnung“ erfolgreich ab, erwerben Sie das Zertifikat „Fachkraft Personalabrechnung“. Die Prüfungsgebühr beträgt pro Theorie-Modul 43 € und pro EDV-Modul 47 €.

FinanzbuchhalterIn (Fachkraft Rechnungswesen)

Der Finanzbuchhalter ist ein hochqualifizierter Abschluss mit betriebswirtschaftlichem und steuerrechtlichem Schwerpunkt. Die VHS bietet die Weiterbildung zum/zur FinanzbuchhalterIn nach dem Bausteinsystem an.
Zielgruppe: Beschäftigte in Handel, Handwerk, Industrie und Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben oder schon ausüben und sich weiterbilden möchten sowie StudentenInnen, Auszubildende und Nichtbeschäftigte, die ihre berufliche Eingliederungschance erhöhen wollen.
Voraussetzung für die erfolgreiche Teilnahme am Seminar sind neben dem Beherrschen der Buchführung bis zur Erstellung einer einfachen Hauptabschlussübersicht ein kaufmännischer Abschluss und 1 Jahr Berufspraxis oder eine mehrjährige Tätigkeit im kaufmännischen Bereich.
Ausbildungsziel: Die TeilnehmerInnen sollen befähigt werden, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach den jeweiligen gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten. Das Weiterbildungsseminar besteht aus 5 Pflicht- und einem Wahlmodul, die jeweils mit einer Prüfung enden (siehe Übersicht unten).

Die Bausteine müssen einzeln belegt werden:

Pflichtmodule:
- Buchführung II – Seite 205
- Recht und Finanzen – Seite 207
- Kosten- und Leistungsrechnung I – Seite 207
- Betriebliches Steuerrecht I – Seite 207
- Bilanzierung – Seite 208

Wahlmodule (es muss nur eines mit einer Prüfung absolviert werden):
- EDV-Finanzbuchhaltung mit DATEV – Seite 209
- Kosten- und Leistungsrechnung II – auf Anfrage

Abschluss:
Die Prüfungen werden von der Europäischen Prüfungszentrale (epz) abgenommen, aber an der Volkshochschule durchgeführt. Bei Bestehen der erforderlichen Prüfungen erhalten Sie ein Zertifikat als „FinanzbuchhalterIn“. Darüber hinaus erhalten Sie ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Fächer bzw. Module. Die Prüfungsgebühr beträgt pro Theorie-Modul 43 € und pro EDV-Modul 47 €.

Nach erfolgreicher Teilnahme an den Bausteinprüfungen:
- Buchführung II
- EDV Finanzbuchhaltung
- Betriebliches Steuerrecht I

erhalten Sie das Zertifikat der Europäischen Prüfungszentrale **„Fachkraft Rechnungswesen“.**

Buchführung I

Zielgruppe: Alle, die am Erlernen buchhalterischer Kenntnisse und Fertigkeiten interessiert sind und über keine oder nur geringe Vorkenntnisse verfügen.
Nach Abschluss des Lehrgangs sollen Sie die Aufgaben der Buchführung und die zu beachtenden gesetzlichen Vorschriften kennen, die Systematik des doppelten Buchens beherrschen und einfache, der täglichen Praxis entsprechende Geschäftsvorfälle buchhalterisch beurteilen und bearbeiten können.

Inhalte:
- Einführung in das betriebliche Rechnungswesen
- Allgemeine Vorschriften zu Buchführung
- Grundlagen der Buchführung: Inventur, Inventar und Bilanz, Bücher der Buchführung, Buchungen auf Bestands- und Erfolgskonten, Buchen auf Warenkonten, Umsatzsteuer, Abschreibungen auf Sachanlagen

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.

65001D8

Wolfgang Bräuer
Donnerstag, 17.30 – 20.45 Uhr, 6 x 4 Ustd.
10. September – 15. Oktober
3 x am Samstag, 8.30 – 15.30 Uhr
19., 26. September und 10. Oktober
VHS, Büssingweg 9
144 € + 33 € Zusatzkosten

65002D8

Dennis Lübeck
Montag und Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 10 x 4 Ustd.
2. November – 2. Dezember
1 x am Samstag, 8.30-15.30 Uhr
28. November
VHS, Büssingweg 9
144 € + 33 € Zusatzkosten

Baustein
für die Qualifizierung zum/r FinanzbuchhalterIn.

Buchführung II

Zielgruppe: Alle, die sich für die schwierigen Inhalte buchhalterischer Arbeiten interessieren und über die Kenntnisse und Fertigkeiten der Stufe I verfügen.

Inhalte:
- Festigung der Buchhaltungsgrundlagen
- Buchungen bei der Beschaffung und Absatz von Waren
- Buchungen im Personalbereich
- Buchungen im Finanzbereich
- Buchungen im Sachanlagenbereich
- Buchungen im Steuerbereich
- Buchungen bei der Erstellung des Jahresabschlusses

→

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.

65004D8

Wolfgang Bräuer
Donnerstag, 17.30 – 20.45 Uhr, 6 x 4 Ustd.
5. November – 10. Dezember
3 x am Samstag, 8.30 – 15.30 Uhr
7. November, 5. und 12. Dezember
VHS, Büssingweg 9
144 € + 10 € Zusatzkosten

65005D8

Dennis Lübeck
Montag und Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 6 x 4 Ustd.
18. Januar – 2. Februar 2016
3 x am Samstag, 8.30 – 15.30 Uhr
23./30. Januar und 6. Februar 2016
VHS, Büssingweg 9
144 € + 10 € Zusatzkoszen

Baustein für Fachkraft Personalabrechnung

Arbeitsrecht für die Abrechnung

Lohn- und Gehaltsabrechnung sind ein eigenständiges Arbeitsgebiet in kleinen und mittleren Unternehmen. Sie fordern neben den buchhalterischen Fähigkeiten erweiterte Kenntnisse über das Arbeitsrecht für die Abrechnung. Holen Sie sich dieses Wissens und qualifizieren Sie sich beruflich weiter.

→ Das Lehrgangssystem ist insbesondere bestimmt für
- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im Bereich Personalsachbearbeitung anstreben,
- Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben, und für
- Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein-/Mittelbetrieben, die in der Lohn- und Gehaltsabrechnung des eigenen Betriebes arbeiten wollen.

Inhalte: Die Teilnehmenden haben einen Überblick über das Kollektiv- und Individualarbeitsrecht; kennen die wesentlichen Bestimmungen dieser beiden Arbeitsrechtsgebiete; besitzen die Fähigkeit, Abrechnungsbestandteile steuerrechtlich zu beurteilen; erhalten einen Überblick über gesetzliche Vorschriften, die Auswirkungen auf die Abrechnung der Mitarbeiter haben; können arbeitsrechtliche Situationen sozialversicherungsrechtlich einordnen (SGB).

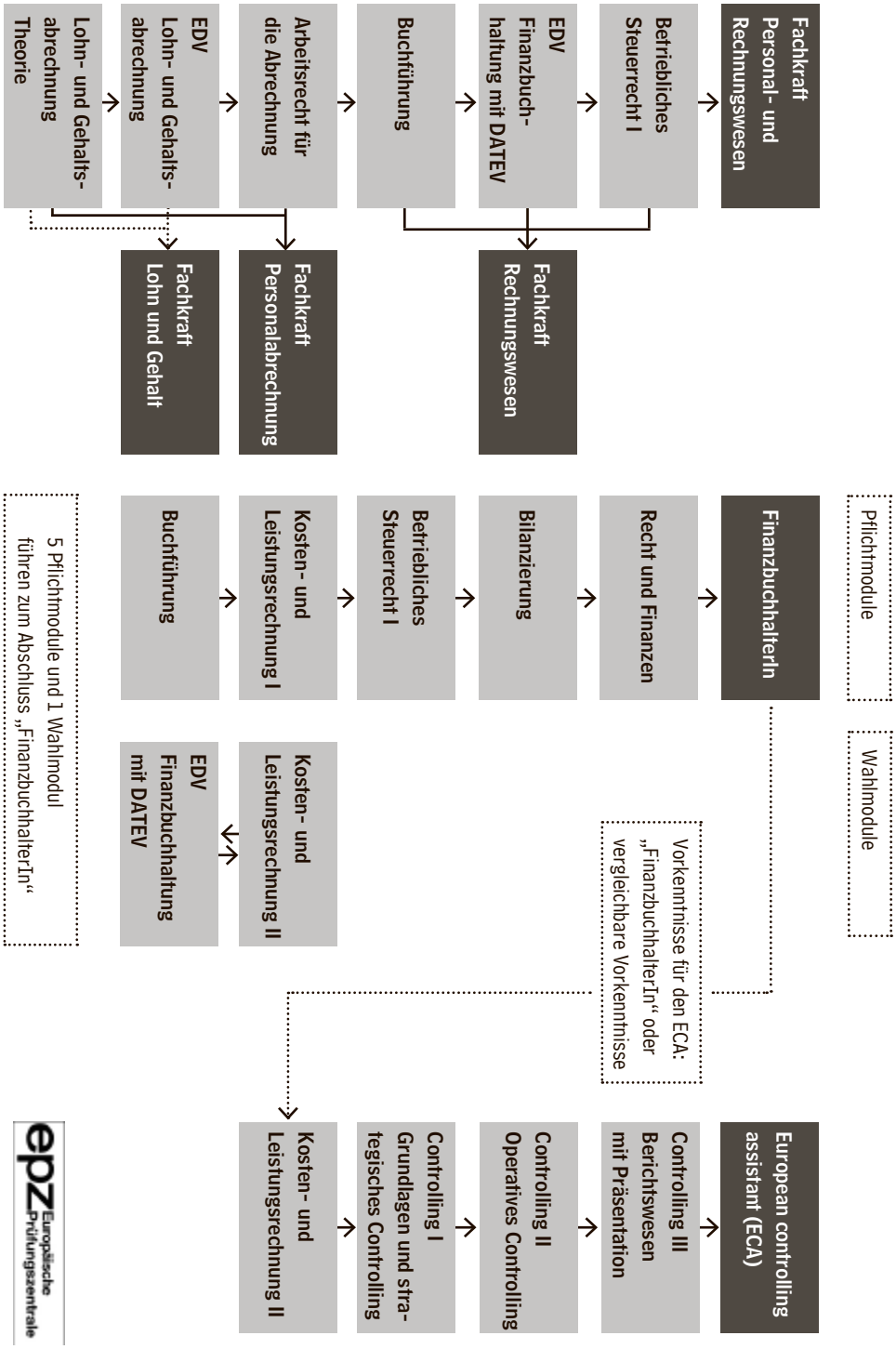
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen der „Fachkraft Personalabrechnung“ siehe Seite 206

65007D8

Uwe-J. Meyer-Osting
Dienstag, 18.30 – 21.30 Uhr, 8 x 4 Ustd.
6. Oktober – 8. Dezember
VHS, Büssingweg 9
96 € + 30 € Zusatzkosten

Karrierechancen in Handwerk und Mittelstand
Infos z.B. zum/r Gepr. Betriebswirt/in (HwO) erhalten Sie unter www.hwk-hannover.de/betriebswirthwo
Akademie des Handwerks
Infos u. Anmeldung: Tel. 0511 3 48 59 - 41
www.hwk-hannover.de
Handwerkskammer Hannover

KAUFMÄNNISCHE ABSCHLÜSSE IM MODULSYSTEM



Die **Universität Oldenburg** rechnet die folgenden Module des Lehrgangs “FinanzbuchhalterIn“ auf den Studiengang „Business Administration“ an:

Betriebswirtschaffliche Steuerlehre: = 8 Kreditpunkte = 200 Arbeitsstunden

Kosten- und Leistungsrechnung 1: = 4 Kreditpunkte = 100 Arbeitsstunden (bei kleineren Studiengängen)

Baustein für Fachkraft Personalabrechnung

Lohn- und Gehaltsabrechnung – Theorie

Ziel: Der Lehrgang vermittelt anhand von Praxisfällen das Basiswissen, das zur Durchführung von Lohn- und Gehaltsabrechnungen erforderlich ist.
Inhalte: Bruttoabrechnung, Lohn- und Kirchensteuer, Sozialversicherung, vermögenswirksame Leistungen, sonstige Abzüge und Zuzahlungen, Lohnpfändungen, Zukunftssicherung, Direktversicherung, Lohnsteueranmeldung, Meldeverfahren in der Sozialversicherung, Buchungsbelege für Finanzbuchhaltung, Jahresabschluss, Fallstudien.
Voraussetzungen: Kfm. Ausbildung oder entsprechende Berufserfahrung. Lohn- und Gehaltsabrechnungskenntnisse sind nicht erforderlich.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen der „Fachkraft Personalabrechnung".
Literatur: Lohn und Gehalt Lehrbuch und Übungsband vom EduMedia Verlag – Anschaffung ist erforderlich.

65008D8
Jürgen Wäcken
Donnerstag, 17.30 – 20.45 Uhr, 15 x 4 Ustd.
24. September – 28. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
180 € + 20 € Zusatzkosten

Kurs EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung mit DATEV – Baustein für Fachkraft Personalabrechnung siehe Seite 209

Up-To-Date 2016 für Lohn und Gehalt

In diesem Kurs werden die Rechtsstand-Aktualisierungen für das Jahr 2016 zusammengestellt und anhand von Beispielen ausführlich erklärt.

Inhalte:
- Rechtsstandsänderungen im Überblick
- Was ist für 2016 neu?
- Rückwirkende Änderungen im Jahr 2015
- Änderungen im Bereich des Steuerrechts
- Änderungen im Bereich der Sozialversicherung

Literatur: wird gestellt

65009D8
Jürgen Wäcken
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
27. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
14 € + 13,50 € Zusatzkosten

Baustein
für die Qualifizierung zum/r FinanzbuchhalterIn

Recht und Finanzen

Zielgruppe: Alle, die sich für betriebswirtschaftliche Fragestellungen interessieren: kaufmännisch Tätige, AnwärterInnen für Stellungen im öffentlichen Dienst, Auszubildende, HandelsschülerInnen und StudentenInnen.
Inhalte: Rechtsformen der Unternehmen, Kaufvertrag, Einzug von Forderungen, Zahlungsverkehr, Finanzierungsarten und Finanzplan, Kreditformen und Kreditsicherung.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
Literatur: Bürgerliches Gesetzbuch (BGB) (jeweils neueste Auflage, Anschaffung zwingend).

65010D8
Rolf Bremer
Mittwoch, 18.30 – 21.30 Uhr, 13 x 4 Ustd.
23. September – 20. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
156 € + 34 € Zusatzkosten

Baustein
für die Qualifizierung zum/r FinanzbuchhalterIn

Kosten- und Leistungsrechnung I

Zielgruppe: Der Lehrgang wendet sich an alle Sachbearbeiter/innen im Rechnungswesen, die ihr Wissen in Kostenrechnung vertiefen und systematisieren wollen; darüber hinaus sind alle diejenigen angesprochen, die die Weiterbildung zum/zur Finanzbuchhalter/in anstreben.
Inhalte: Aufgaben und Gliederung des betrieblichen Rechnungswesens, begriffliche Klarstellungen, Kostenartenrechnung, Kostenstellenrechnung, Kostenträgerrechnung, die kurzfristige Erfolgsrechnung, die Kosten- und Erfolgsrechnung als Grundlage der Entscheidungsvorbereitung, Grundzüge der Plankostenrechnung, Kostenrechnungssysteme (Überblick) und Industriekontenrahmen (IKR).
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

65011D8
Roman Schneider
Dienstag, 18 – 21.15 Uhr, 13 x 4 Ustd.
22. September – 12. Januar 2016
1 x am Samstag, 8.30 – 15.30 Uhr
5. Dezember
VHS, Büssingweg 9
180 € + 34 € Zusatzkosten

Baustein
für die Qualifizierung zum/r FinanzbuchhalterIn-

Betriebliches Steuerrecht

Zielgruppe: TeilnehmerInnen, die die Weiterbildung zum/zur FinanzbuchhalterIn (Bausteinprüfung) anstreben; außerdem kleinere UnternehmerInnen, kaufmännische Angestellte, Auszubildende und StudentenInnen.
Inhalte: Grundzüge des Steuerrechts in den für den Betrieb relevanten Gebieten, Abgabenordnung, Einkommensteuer, Lohnsteuer, Gewerbesteuer, Umsatzsteuer (jeweils aus betrieblicher Sicht), steuerliche Beurteilung einfacher Sachverhalte des Betriebsgeschehens.
Literaturempfehlungen: Gesetzestexte (jeweils neueste Auflage, Anschaffung zwingend): Wichtige Steuergesetze, Verlag Neue Wirtschaftsbriefe, Herne/Berlin oder Aktuelle Steuertexte, Verlag C. H. Beck, München. Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt
Hinweis: auch als Prüfungsvorbereitungskurs für Abschlussprüfung vor der Steuerberaterkammer geeignet.
Voraussetzung: Buchführungskenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.

65013D8
Alfred Wilkening
Montag, 18 – 21.15 Uhr, 11 x 4 Ustd.
21. September – 14. Dezember
1 x am Samstag, 8.30 – 15.30 Uhr
7. November
VHS, Büssingweg 9
156 € + 34 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Up-To-Date 2016 für Steuerrecht

In diesem Kurs werden die Rechtsstand-Aktualisierungen für das Jahr 2015 übersichtlich zusammengestellt und anhand von Beispielen ausführlich erklärt.

Inhalte:

- Steueraufkommen 2015
- Wahlrechte bei der Behandlung sog. GWG
- Erhöhung des AN-Pauschbetrags
- Ersatz der Karton-LSt-Karte durch elektronische LSt-Abzugsmerkmale (ELStAM)
- Nachweispflichten für Ausfuhrlieferungen
- neue Fälle der Umkehr der USt-Schuldnerschaft
- Wegfall der zeitlichen Beschränkung der Betragsgrenzen der USt-Istbesteuerung
- elektronische Rechnungen
- weitere Neuerungen durch Rechtsprechung und Verwaltungsanweisungen

Literatur: wird gestellt

65017D8

Alfred Wilkening
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
3. Februar 2016
VHS, Büssingweg 9
14 € + 13,50 € Zusatzkosten

Einkommensteuer

Die Einkommensteuerveranlagung für ArbeitnehmerInnen, RentnerInnen und VermieterInnen
Nicht jeder ist verpflichtet eine Einkommensteuererklärung abzugeben. In Deutschland werden dadurch auch heute noch sehr viele mögliche Erstattungsansprüche nicht geltend gemacht. Aber auch Steuerpflichtige, die zur Abgabe von ESt-Erklärungen verpflichtet sind, verschenken sehr viel aufgrund des nach wie vor sehr komplizierten deutschen Einkommensteuerrechts.
Dieses Seminar soll die Teilnehmer/innen in die Lage versetzen, eigene Steuergestaltungsmöglichkeiten zu erkennen.

- Einkünfte aus nichtselbständiger Tätigkeit
- Steuerfreie Einkünfte – Gestaltungsmöglichkeit (Direktversicherung, Pensionsfonds, Fahrtkostenzuschüsse)
- Werbungskosten (Fahrtkosten, Arbeitsmittel, Arbeitszimmer, doppelte Haushaltführung, etc.)
- Einkünfte aus Vermietung und Verpachtung
- Renteneinkünfte
- Einkünfte aus Kapitalvermögen
- Berücksichtigung von Kindern (Kinderbetreuungskosten, Schulgeld, Kindergeld)
- Sonderausgaben (Versicherungen, Spenden)
- Außergewöhnliche Belastungen (Krankheitskosten, Arzt, Apotheke, Zahnersatz, Schwerbehinderung, Haushaltsnahe Dienstleistungen)
- Einspruchsverfahren

Zielgruppe: Arbeitnehmer/innen, Rentner/innen, Vermieter/innen, die eine Einkommensteuererklärung abgeben müssen beziehungsweise möchten. Auch besteht die Möglichkeit einer Präsentation eines Softwareprodukts zur Erstellung einer Einkommensteuererklärung mit der Übertragung an das Finanzamt (ELSTER-Verfahren).

65018D8

Jürgen Wäcken
Samstag und Sonntag, 8.30 – 16.15 Uhr, 2 x 9 Ustd.
16./17. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
54 € + 10 € Bearbeitungsentgelt

Baustein
für die Qualifizierung zum/r FinanzbuchhalterIn

Bilanzierung

Zielgruppe: Der Kurs ist für InteressentenInnen aus der Wirtschaft und der öffentlichen Verwaltung gedacht, die Kenntnisse für die sinnvolle und umfassende Beurteilung des Jahresabschlusses von Wirtschaftsunternehmen erwerben bzw. vertiefen wollen, z. B. MitarbeiterInnen in Kreditinstituten, Prüfungsgesellschaften, Wirtschaftsabteilungen der öffentlichen Verwaltung.
Voraussetzung für die Teilnahme ist das Beherrschen der Buchführung und empfohlen sind Steuerrechtskenntnisse.

Inhalte: Bewertung der Bilanzpositionen nach Handels- und Steuerrecht, Abschreibungslehre, Gewinnverteilung in Personengesellschaften, Erarbeiten und Erörtern spezieller bilanzanalytischer Kennzahlen.

Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
Prüfung am Donnerstag, 10. Dezember, 17 – 20 Uhr.

65019D8

Ernst Arensmann
Montag und/oder Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr,
14 x 4 Ustd.
14. September – 7. Dezember
VHS, Büssingweg 9
168 € + 34 € Zusatzkosten

LERNEN AM PC

Sie würden das in einem kaufmännischen Kurs Erlernte gerne vertiefen, möchten aber zeitlich flexibel bleiben? Dann probieren Sie es doch einmal mit unserem Lernprogramm „Rechnungswesen und Bilanzierung“ im VHS-Lernzentrum Linden. Egal wo Sie gerade sind und wann Sie Zeit haben: Mehr als einen Computer und Internetzugang brauchen Sie nicht, um unser Online-Angebot zu nutzen.
Sie würden gerne mehr dazu erfahren? Nähere Informationen bekommen Sie auf Seite 231 oder unter Tel. 168-49682. Wir freuen uns auf Sie!

INFO TEL. 168-45770, -45618

Baustein
für die Qualifizierung zum/r FinanzbuchhalterIn

EDV – Finanzbuchhaltung mit DATEV pro

Sie möchten im Rahmen Ihrer Weiterbildung zum FinanzbuchhalterIn (VHS) ein Programm aus der DATEV-Welt kennen lernen? In diesem Seminar kommt das Programm Kanzlei-Rechnungswesen der DATEV e. G: zum Einsatz.
Anhand zahlreicher praktischer Übungen lernen Sie die wesentlichen Programmfunktionen kennen, z. B.

- Erfassen und Änderung von Stammdaten
- Einrichten einer Offenen Posten Buchführung (Debitoren- und Kreditorenkonten)
- Buchen auch komplexer Geschäftsfälle mit und ohne Umsatzsteuer
- Buchen von Eingangs- und Ausgangsrechnungen, Warenrücksendungen, sowie Zahlungen mit und ohne Skonto
- Erstellen von Mahnungen/Saldenbestätigung
- Erstellen von Auswertungen z. B. Summen- und Saldenliste, Fälligkeitsliste, ABC-Analyse

Als Seminarunterlage wird ein Arbeitsheft eingesetzt mit zahlreichen Übungsaufgaben und Lösungen sowie ein darauf abgestimmtes Nachschlagewerk, in dem die wesentlichen Arbeitsabläufe durch Screenshots und kurze Erläuterungstexte veranschaulicht werden. So haben Sie auch nach Ende des Seminars jederzeit die Möglichkeit die Seminarinhalte zu rekapitulieren.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung der Europäischen Prüfungszentrale. Prüfung am Sonntag, 29. November, 9 – 12 Uhr.
Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

66050D8
Helmut Lübeck
Samstag, 8.30 – 16.15 Uhr, 3 x 9 Ustd.
Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 2 x 8 Ustd.
14./15./21./22. und 28. November
VHS, Büssingweg 9
129 € + 96,50 € Zusatzkosten

Baustein für Fachkraft Personalabrechnung

EDV – Lohn- und Gehaltsabrechnung mit DATEV

Im Rahmen der praktischen EDV-Anwendung vermittelt der Kurs Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweise, Funktion und Leistungsmerkmale sowie Fertigkeiten im Umgang mit einem professionellen Lohn- und Gehaltsprogramm.
Inhalte:

- Grundeinstellungen (Bemessungsgrenzen, Krankenkassen etc.)
- Einrichten, Ändern von Personalstammdaten
- Fehlzeitenerfassung
- Durchführung der Abrechnung (Simulation, Echtabrechnung)
- Rückrechnungen, Korrekturen
- Nachfolgetätigkeiten (Überweisung, Beitragsnachweis etc.)
- Auswertungen

Voraussetzungen: Teilnahme am Theoriekurs „Lohnbuchführung“ oder vergleichbares Wissen sowie EDV-Grundlagen sind notwendig.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung im Rahmen der „Fachkraft Personalabrechnung“ der europäischen Prüfungszentrale. Prüfung am Montag, 14. Dezember, 18 – 21 Uhr.
Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

66051D8
Helmut Lübeck
Samstag und Sonntag, 8.30 – 16.15 Uhr, 4 x 9 Ustd.
5./6. und 12./13. Dezember
VHS, Büssingweg 9
108 € + 86 € Zusatzkosten

TASTSCHREIBEN

Tel. 168-45611

Tastschreiben am PC

Die Volkshochschule bietet AnfängerInnen eine gründliche Ausbildung im 10-Finger-Tastschreiben (umgangssprachlich „Blindschreiben“).
In nur einem Semester können Sie an modernen Computern das „Blindschreiben“ erlernen und durch Selbsttraining eine Schreibfertigkeit von mehr als 80 Anschlägen/Minute erreichen.
Für TeilnehmerInnen, die in kürzerer Zeit das Tastschreiben erlernen wollen, bieten wir Wochenend-Schnellkurse mit geringerer Stundenzahl an. EDV-Kenntnisse sind nicht erforderlich.
Für TeilnehmerInnen, die das Tastschreiben schon beherrschen und nur ein Zertifikat darüber benötigen, bieten wir eine Leistungsbescheinigung an (Landesverband der niedersächischen Volkshochschulen).
Bitte vereinbaren Sie einen Prüfungstermin!
Voraussetzung: 120 Anschläge/Minute,
Prüfungsgebühr: 35 € (Keine Ermäßigung möglich)
Haus der VHS

Tastschreiben am PC, Stufe I

Inhalte:

- Erarbeitung des Tastenfeldes (Buchstaben, Worte, Sätze, außer Ziffern und Zeichen)
- Schreibtraining, häufige Grifffolgen, Langwortraining

63000H8
Brunhilde-Elisabeth Drewitz
Samstag/Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 16 Ustd.
21./22. November
Haus der VHS
43,20 € + 34,50 € Zusatzkosten

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Tastschreiben – Schnellkurs Multisensorisches Lernen am PC

In diesem Seminar soll das Chaos mit den Fingern auf der Tastatur beendet werden! Es ist nie zu spät, um die Computertastatur „blind" in 16 Stunden zu erlernen. Unser Kurs basiert auf dem multisensorischen Lernen. Es werden unterschiedliche Sinne angesprochen. So kann das Erlernen des 10-Finger-Schreibens zu einem stressfreien und erfolgreichen Erlebnis für Sie werden. Mit abwechslungsreichen Lernmethoden kann jeder/jede TeilnehmerIn das Kursziel erreichen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre. In der neuen Trainingsmethode werden Sprache, Farben, Bilder, Entspannungs- und Visualisierungstechniken miteinander verknüpft und Trainingseinheiten integriert. Für eine schnellere Schreibgeschwindigkeit sind weitere Übungen erforderlich.

63001H8

Heidrun Pallagst
Dienstag und Donnerstag, 18 – 20.30 Uhr,
6 x 3 Ustd.
22. September – 8. Oktober
Haus der VHS
48,60 € + 35,50 € Zusatzkosten

63002H8

Heidrun Pallagst
Freitag, 17 – 20.15 Uhr
Samstag und Sonntag, 9 – 14.15 Uhr, 16 Ustd.
11. – 13. Dezember
Haus der VHS
43,20 € + 34,50 € Zusatzkosten

Tastschreiben für Kinder und Jugendliche in den Ferien (ab 10 Jahren)

Multisensorisches Lernen am PC

63003H8

Heidrun Pallagst
Montag – Donnerstag, 9 – 12.15 Uhr, 16 Ustd.
26. – 29. Oktober
Haus der VHS
43,20 € + 34,50 € Zusatzkosten
(56,10 € gesamt mit Schülerermäßigung)

Kurzschrift: Steno – Intensivkurs

Auch heute kann man die Kurzschrift noch sehr gut gebrauchen. Z. B. Studenten für schnelle Notizen bei Vorlesungen, Sekretärinnen für die Protokollführung, Notizen bei Vorträgen u. v. m. Auch im privaten Bereich kann die Kurzschrift sehr gut angewandt werden: Telefonnotizen, Einkaufszettel usw. Für alle, die sich schnell Notizen erstellen wollen und nicht immer ihren Laptop oder ihr iPad zur Hand haben. Wir wollen an einem Wochenende die Kurzschrift erarbeiten. Für eine schnellere Schreibgeschwindigkeit sind weitere Übungen erforderlich.

Inhalte:
- Erarbeitung der Kurzschrift
- Erarbeitung der Kürzel
- Übungen und Tipps zum Schnellschreiben
- Textübungen

Voraussetzungen: keine

63004H8

Brunhilde-Elisabeth Drewitz
Samstag/Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 16 Ustd.
23./24. Januar 2016
Haus der VHS
43,20 € + 23,50 € Zusatzkosten

TIPP

Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Hannover finden Sie auf Seite 252.

8 ELEKTRONISCHE DATEN VERARBEITUNG

ECDL	212
EDV-ANWENDUNGEN: KURZ UND BÜNDIG	215
APPLE MACINTOSH	219
ERFOLGREICH UND SICHER IM INTERNET	220
DESIGN, GRAFIK, BILD UND FILM	222
KONSTRUKTION UND VISUALISIERUNG MIT CAD	224
WEB-PUBLISHING – WEB-DESIGN	225
SYSTEME, NETZWERKE, PROGRAMMIEREN	227
EDV-KURSE FÜR ÄLTERE	229

Foto: © mbrockeu – Fotolia.com

SACHGEBIETSLEITUNG
Dr. Susanne Kannenberg

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG
Renate Ackermann

SPRECHSTUNDE Renate Ackermann
TEL 21555668, nach Vereinbarung

BÜROZEITEN Montag – Donnerstag,
8 – 15 Uhr und Freitag, 8 – 13 Uhr

Andrea Spötter **TEL** 168-45611
E-MAIL andrea.spoetter@hannover-stadt.de
Olivia Busse **TEL** 168-45938
E-MAIL olivia.busse@hannover-stadt.de
ORT Haus der VHS, 2. Etage, Raum 205 b/c

Margarethe Tarara **TEL** 168-45618
E-MAIL margarethe.tarara@hannover-stadt.de
ORT VHS, Büssingweg 9

Firmenschulungen

Wir schulen Ihre Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen bei uns oder Ihnen im Haus in EDV, sozialen Kompetenzen, Managementfähigkeiten und kaufmännischen Kenntnissen. Sprechen Sie uns an, damit wir Ihnen ein passgenaues Angebot unterbreiten können.

ECDL

ECDL – Europäischer Computer Führerschein

Mit ihm lernen Sie den sicheren und schnellen Umgang mit Programmen wie Word, Excel oder Powerpoint. Die umfassende Vorbereitung auf den ECDL macht Sie fit am PC für Studium und Beruf. Mit Ihrer erfolgreichen Prüfung erhalten Sie von uns ein Zertifikat, das Ihre Fähigkeiten weltweit in 148 Ländern nachweist. Auch die Stiftung Warentest empfiehlt den Computerführerschein als Qualifikationsnachweis: eine Untersuchung bei IT-Zertifikaten ergab, dass der ECDL bei Personalern ganz oben rangiert.

Das Prüfungssystem
Der ECDL prüft 7 Wissensgebiete (Module) ab. Nach 4 erfolgreichen Modulprüfungen (3 Pflichtmodule, 1 Wahlmodul) wird automatisch der ECDL-Base erworben, nach 7 Modulprüfungen erhalten die Teilnehmenden das Zertifikat ECDL-Standard.

Pflichtmodule
- Computer Grundlagen – Seite 213
- Online Grundlagen – Seite 213
- Textverarbeitung – Seite 213

Wahlmodule
- IT-Sicherheit – Seite 214
- Tabellenkalkulation – Seite 214
- Datenbanken – Seite 214
- Präsentationen – Seite 215
- Bildbearbeitung – auf Anfrage

TeilnehmerInnen erwerben vor der 1.Modulprüfung bei uns eine „Zertifizierungs-ID“, die sie neben den Zertifikatsprüfungen auch zur Teilnahme an (kostenpflichtigen) Diagnoseprüfungen berechtigt. (Vorhandene ECDL-Skills-Cards werden in Zertifizierungs-IDs umgewandelt)
- Zertifizierungs-ID Erwachsene: 60 €
- Zertifizierungs-ID Schüler/Studenten: 36 €
- Prüfungsgebühr für jede Zertifikatsprüfung: 25 €

Die Prüfungen werden in unserem Testcenter in der Außenstelle der VHS, Am Taubenfelde 4, 30159 Hannover abgenommen.
Die angebotenen Kurse bereiten inhaltlich auf die Prüfung vor; ein entsprechendes Lehrbuch wird verwendet.
Zusätzliche Informationen finden Sie im Internet unter: *ww.ecdl-module.de* (kostenlose Registrierung)

Onlinelernen für den ECDL

Sie können nicht an allen Kursen für den ECDL teilnehmen?
Sie haben in einigen Anwendungen schon Erfahrungen, benötigen keinen Kurs mehr, möchten sich aber noch auf die ECDL-Prüfung gründlich vorbereiten?
Kein Problem, seien Sie Ihr eigener Trainer!
Wir bieten alle ECDL-Module auch als Onlinelernkurse an. Schauen Sie auf *www.vhs-hannover.de/elearning* und Sie finden die ECDL Lernprogramme und alle notwendigen Informationen.

Rückfragen an Thomas Schwieger (Testleiter ECDL) unter Tel. (0511) 21555667 oder *thomas.schwieger@hannover-stadt.de*

ECDL Prüfungsvorbereitung

Zielgruppe: TeilnehmerInnen, die in unseren EDV-Kursen fundierte Kenntnisse in den jeweiligen Anwendungen erworben haben.
Inhalt: In diesem Kurs wird die ECDL-Prüfungssituation nachgestellt und mit Prüfungsaufgaben, die ähnlich wie im ECDL gestellt sind, auf einen erfolgreichen Abschluss vorbereitet. Es wird individuell auf die Teilnehmenden und deren jeweilige Modulprüfung eingegangen.
Voraussetzungen: Teilnahme an einem ECDL-Modulkurs der VHS-Hannover
Für die Dauer des Kurses wird den Teilnehmenden eine Lern-DVD zur Verfügung gestellt. Dieser Datenträger kann von interessierten TeilnehmerInnen auch käuflich erworben werden.

54010D8
Thomas Schwieger
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 4 Ustd.
4. November
VHS, Am Taubenfelde 4
Kosten: keine

Apple-Macintosh-Kurse siehe Seite 219 f

ECDL Modul

EDV-Grundlagen mit Windows 8 für AnfängerInnen

Dieses Modul behandelt die wesentlichen Kenntnisse und Fertigkeiten, die bei der Nutzung von Computern und Mobilgeräten, bei der Erstellung und Verwaltung von Dateien, bei Umgang mit Netzwerken und zur Sicherstellung der Datensicherheit erforderlich sind.
Dieser Kurs ist als Prüfungsmodul für ECDL geeignet.

Inhalte:

- Die Grundlagen von Computern, Mobilgeräten, Software und Zubehör verstehen
- Navigation auf dem Desktop
- Einstellungen des Betriebssystems anpassen
- Organisation von Dateien und Ordnern
- Datenspeicherung und Speichermedien, Hilfsprogramme zum Komprimieren und Extrahieren großer Dateien
- Einfache Textverarbeitungs- und Druckmöglich keiten des Betriebssystems
- Grundlagen von Netzwerken und deren Verbindungsmöglichkeiten
- Schutz vor Malware und Backuperstellung
- Barrierefreiheit und Maßnahmen zur Gesunderhaltung von ComputernutzerInnen

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder ECDL-Prüfung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54051D8

Jonas Linhose
Montag, 18 – 21.15 Uhr, 6 x 4 Ustd.
2. November – 7. Dezember
VHS, Büssingweg 9
64,80 € + 49 € Zusatzkosten

54052D8

Alexander Hille
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 3 x 8 Ustd.
19./20. und 26. September
VHS, Büssingweg 9
64,80 € + 49 € Zusatzkosten

54053D8

Jonas Linhose
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 3 x 8 Ustd.
16./17. und 23. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
64,80 € + 49 € Zusatzkosten

ECDL Modul

Online-Grundlagen: Email und Internet

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die sicher und effektiv Outlook und das Internet nutzen möchten. Sie lernen, wie Sie mit einem Web-Browser umgehen und erfahren, wie das Internet funktioniert. Sie lernen elektronische Post (E-Mail) und zusätzliche Kommunikationswege anzuwenden und kennen gängige Sicherheitsüberlegungen.

Inhalte:

- Was ist das Internet, Begriffe, Sicherheitsbe stimmungen
- Arbeiten mit dem Webbrowser, Einstellungen anpassen
- Recherche im Internet und Webinhalte kritisch beurteilen
- Urheberrecht und Datenschutz
- Online-Communities, Online-Kommunikation und E-Mail Kommunikation verstehen
- Anwendungsbereiche und Zielsetzungen der neuen Kommunikationsmedien kennen
- E-Mails erstellen, weiterleiten und beantworten, suchen und organisieren
- E-Mail-Einstellungen vornehmen
- Kalender und Aufgaben verwalten

Voraussetzungen: Der Kurs „Windows für AnfängerInnen“ oder entsprechende Kenntnisse.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung ECDL-Prüfung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54056D8

Jonas Linhose
Freitag, 17.30 – 20.45 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 2 x 8 Ustd.
9./10./11. Oktober
VHS, Büssingweg 9
54 € + 45 € Zusatzkosten

ECDL Modul

Textverarbeitung (WORD 2010)

Sie lernen in diesem Kurs das Textverarbeitungsprogramm Word 2010 sicher zu beherrschen und werden auf die Modulprüfung ECDL vorbereitet. Sie erstellen Briefe und Dokumente und nehmen vom ersten Buchstaben bis zum Seriendruck alle nötigen Einstellungen selbst vor. Sie wissen, welche Formate die ideale Gestaltung des Dokuments ermöglichen und fügen Tabellen und Bilder mühelos in Ihre Texte ein.

Inhalte:

- Textteile markieren, kopieren, löschen
- Tabstopps
- Suchen und Ersetzen
- Aufzählungen und Nummerierungen
- Rahmen, Linien und Schattierungen
- Dokumentvorlagen und Formatvorlagen nutzen und bearbeiten
- Abschnittsformatierungen
- Grafik und Tabellen einfügen und bearbeiten
- Druckfunktionen
- Seiteneinstellungen, -wechsel, -nummerierungen, Kopf- und Fußzeile
- Datei in anderem Format speichern/öffnen
- Serienbriefe und Serienetiketten erstellen

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder Prüfung ECDL Modul.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66002D8

Detlef Loeper
Samstag und Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 8 x 4 Ustd.
7./8. und 14./15. November
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 57 € Zusatzkosten

Auf Seite 5 finden Sie eine Darstellung unserer **Ermäßigungsregelungen!**

ECDL Modul

IT-Sicherheit

Dieses Modul beinhaltet die wichtigsten Konzepte für den sicheren Umgang mit Informations- und Kommunikationstechnologie sowie die Kenntnisse und Fertigkeiten, die erforderlich sind, um eine sichere Netzwerkverbindung herzustellen, um sich im Internet gefahrlos bewegen zu können und um sachgerecht mit Daten und Informationen umgehen zu können.

Inhalte:

- wichtige Konzepte zur Sicherung von Informationen und Daten kennen, um Identitätsdiebstahl, Betrug und Datendiebstahl vermeiden zu können
- einen Computer, andere Geräte der IT-Technologie und Netzwerke vor Malware und unberechtigtem Zugriff schützen können
- die Funktionsweise unterschiedlicher Netzwerktypen, Verbindungsarten und netzwerkspezifischer Programme und Techniken (z. B. Firewall) verstehen
- sicher mit einem Browser im World Wide Web surfen und über das Internet kommunizieren können
- verstehen, welche Sicherheitsprobleme bei der Kommunikation, z. B. mit E-Mail und Instant Messaging auftreten können
- Daten sichern, rückspeichern und unwiederbringlich löschen können

Voraussetzungen: Der Kurs „Windows für AnfängerInnen“ oder entsprechende Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder ECDL-Prüfung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54058D8

Oliver Schlickeisen
Samstag und Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 2 x 8 Ustd.
28./29. November
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 41 € Zusatzkosten

ECDL Modul

Tabellenkalkulation (EXCEL 2010)

Sie lernen den versierten Umgang mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2010. Dies beinhaltet die Arbeit mit Arbeitsblättern, das Erstellen von Listen, das Bearbeiten von Zeilen und Spalten innerhalb eines Arbeitsblattes. Sie lernen logische und mathematische Formeln zu erstellen sowie Fehlerwerte zu erkennen und zu interpretieren

Inhalte:

- Tabellenblätter/Arbeitsblätter erstellen und speichern in unterschiedlichen Dateiformaten.
- Daten in Tabellen eingeben, erstellen von Listen, auswählen von Daten, sortieren, kopieren, verschieben und löschen.
- Zeilen und Spalten in einem Tabellenblatt bearbeiten, Arbeitsblätter kopieren, verschieben, löschen und passend umbenennen.
- Standardfunktionen der Tabellenkalkulation, um logische und mathematische Formeln zu erstellen. Erstellen von Formeln, erkennen und interpretieren von Fehlerwerten.
- Formatieren von Zahlen und Text in einem Tabellenblatt/Arbeitsblatt.
- Diagramme auswählen, Daten einfügen und Diagramme formatieren, um Informationen sinnvoll zu vermitteln.
- Seiteneigenschaften eines Tabellenblattes anpassen, Rechtschreibung überprüfen, Dokument drucken.

Voraussetzungen: Der Kurs „Windows für AnfängerInnen“ oder entsprechende Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder ECDL-Prüfung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66005D8

Oliver Kruklat
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 4 x 8 Ustd.
10./11. und 17./18. Oktober
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 57 € Zusatzkosten

66006D8

Axel Brunotte
Dienstag und Donnerstag, 18 – 21.15 Uhr,
8 x 4 Ustd.
3. November – 26. November
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 57 € Zusatzkosten

66007D8

Axel Brunotte
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 4 x 8 Ustd.
5./6. und 12./13. Dezember
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 57 € Zusatzkosten

ECDL Modul

Datenbankanwendung (ACCESS 2010)

Zum Umgang mit Datenbanken gehört es, das Konzept der Datenbank zu verstehen, Daten in eine Tabelle einzupflegen, zu sortieren und zu filtern. Außerdem lernen Sie Abfragen zu erstellen, um spezifische Informationen abzurufen.

Inhalte:

- Organisation und Verwendung von Datenbanken
- Erstellen einer einfachen Datenbank, verschiedene Ansichten.
- Erstellen einer Tabelle, Definition von Feldern und deren Eigenschaften, eingeben und verändern von Daten.
- Sortieren und filtern von Daten in Tabellen und Formularen, Abfragen, um bestimmte Informationen in einer Datenbank zu finden.
- Formulare erstellen, um Datensätze einzugeben, zu verändern und zu löschen, Berichte erstellen und drucken

Voraussetzungen: Der Kurs „Excel “ oder entsprechende Kenntnisse.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder ECDL-Prüfung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66010D8

Aleksandra Nowakowska
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 2 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 4 x 8 Ustd.
9./10./11. und 16./17./18. Oktober
VHS, Büssingweg 9
108 € + 65 € Zusatzkosten

ECDL Modul

Präsentationen mit POWERPOINT 2010

Werfen Sie Ihre Ideen an die Wand.
In diesem Kurs geht es darum, Powerpoint 2010 kompetent bedienen zu können. Sie bearbeiten Folien und entscheiden sich für angemessene Foliendesigns. Sie zeigen wie Text, Diagramme, Bilder und Zeichnungsobjekte in Folien eingefügt werden und lernen, Übergangseffekte anzuwenden.

Inhalte:

- Präsentationen erstellen und speichern, Hilfefunktion verwenden
- Verschieden Ansichten für eine Präsentation, Folienlayouts und -designs, Bearbeitung der Folien
- Text eingeben und formatieren, Folien, Präsentationen benennen.
- Diagramme auswählen, formatieren und eingeben, um Informationen ansprechend und sinnvoll zu vermitteln.

Voraussetzungen: Der Kurs „Word und Windows ECDL“ oder entsprechende Kenntnisse.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder ECDL-Prüfung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66014D8
Jonas Linhose
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
30./31. Oktober und 1. November
VHS, Büssingweg 9
54 € + 45 € Zusatzkosten

EDV-ANWENDUNGEN: KURZ UND BÜNDIG

Für TeilnehmerInnen mit und ohne Vorkenntnisse/n. Unserer Kursreihe KURZ UND BÜNDIG war in den letzten Semestern recht erfolgreich. Neben den prüfungsbezogenen ECDL-Kursen folgen unsere Kurzkurse einer anderen Systematik und Themenauswahl. Nicht ein einzelnes Softwareprodukt, sondern die konkreten Problemstellungen aus der Praxis stehen im Mittelpunkt dieser Kurse.
Im Interesse einer hohen Schulungseffizienz werden diese Kurse in kleineren Gruppen durchgeführt. Gleichzeitig ist der zeitliche Aufwand bewusst knapp gehalten: In bis zu 16 Unterrichtsstunden wird ein Spezialthema „auf den Punkt“ bearbeitet und dies zu einem sehr günstigen Seminarpreis!

Windows für Einsteiger

Sie haben vor, sich einen Rechner oder Laptop zu kaufen? Oder Sie haben sich bereits ein Gerät gekauft? Sie trauen sich aber nicht das Gerät einzuschalten, weil Ihnen die Bedienung schwer fällt? Und wie schließt man eigentlich diesen Drucker an? Wie geht es jetzt ins Internet?
Kein Problem, diese und andere Fragen werden wir in diesem Kurs beantworten. Wir helfen Ihnen bei den ersten Schritten mit Ihrem neuen PC oder Notebook.

Inhalte:

- Windows Oberfläche
- Ordner- und Dateistruktur
- Fotos und Dokumente verwalten
- Software installieren
- Software deinstallieren
- Drucker installieren
- Internetverbindung einrichten
- E-Mail einrichten
- Virenscanner installieren

Voraussetzungen: Keine

Windows 8
54500H8
Norman Liebhold
Donnerstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
8./15. Oktober
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Windows 8
54501H8
Oliver Schlickeisen
Samstag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
14. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Windows 8 für Umsteiger – Beim Einschalten ist alles anders

Seit Anfang letzten Jahres ist Windows 8 verfügbar. Ab diesem Termin wird auch jeder neue PC, jedes Notebook und auch jedes spezielle Windows-Tablet mit diesem Betriebssystem ausgeliefert. Um Windows 8 nutzen zu können, müssen Sie aber – unter Berücksichtigung der Hardware-Ausstattung – kein neues Gerät kaufen, da die Upgrade-Version für Windows 8 einfach zu installieren ist. Nur wo ist meine gewohnte Oberfläche geblieben? Wie kann ich mit den neuen „Kacheln“ arbeiten? Wie rufe ich überhaupt Programme auf? Wo finde ich die Systemsteuerung wieder?
All diese Fragen soll dieser Umsteiger-Kurs klären, wobei er sich an den normalen PC-Nutzer wendet und nicht an den Administrator oder Netzwerkbetreiber.

Inhalte:

- Start von Windows 8
- Der Startbildschirm und dessen Steuerung
- Kacheln und Kachelgruppen
- Die Charm-Bar (Charm-Leiste)
- Grundlagen zu Apps
- Suchen in Windows 8
- Der Windows-Store
- Apps installieren und deinstallieren
- Der neue Desktop und dessen Anpassung
- Termine und Kontakte einrichten
- Die Systemsteuerung unter Windows 8
- Der neue Windows Explorer (Ordner und Dateien)
- Die Windows-Live ID

Voraussetzungen: Grundkenntnisse mit Windows XP, Vista oder Windows 7

54502H8
Oliver Schlickeisen
Sonntag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
17. Oktober
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

54503H8
Oliver Schlickeisen
Samstag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
16. Januar 2016
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

INFO TEL. 168-45770, -45618, -45611

Kombikurs – Windows 10 und Office 2016 für Umsteiger

Egal, ob Sie bisher Windows 7, Windows 8 oder gar noch mit Windows XP gearbeitet haben, mit Windows 10 wird wieder alles neu und auch Sie werden wohl an diesem Betriebssystem nicht vorbeikommen. Ein neuer Windows-Rechner wird zumeist immer mit dem aktuellsten Betriebssystem ausgeliefert. In diesem Kurs erfahren Sie, was sich an Windows 10 geändert hat und was sich vielleicht nur an eine andere Position verschoben hat. Oder erfahren Sie Neues über die Zusammenarbeit mit Tablet und Smartphone.

Inhalte:

- Das neue Startmenü
- neue Systemeinstellungen
- neue Desktopeinstellungen und Tabletmodus
- Benachrichtigungsfenster
- Ordnerstruktur
- Kartenapp
- Fotoapp
- und weiteres…

Voraussetzungen:

- EDV-Basiswissen
- Basiserkenntnisse eines Vorgängerbetriebssystems (Windows XP, Vista, 7,8)

54522H8
Marc Ebeling
Dienstag, 17.45 – 21 Uhr, 4 X 4 Ustd.
24. November – 15. Oktober
Büssingweg
55,20 € + 38,80 € Zusatzkosten

Korrespondenz und Serienbriefe mit Word 2013 – leicht gemacht

Die Anwendung von Gestaltungsregeln nach DIN 5008: 2011 ist beim Erstellen von Briefen im Büro eine Notwendigkeit und verleiht auch privaten Briefen einen übersichtlichen Aufbau. Ein Beispiel ist die Platzierung der Empfängerangaben, damit sie im Sichtfenster des Briefumschlags zu sehen sind. Bei der Brieferstellung ist auch die Nutzung der Serienbrieffunktion nicht mehr wegzudenken: das automatische Einfügen von Adressen aus der Firmendatenbank oder die Übernahme von Adressen Ihrer Freunde aus einem Outlook-Kontaktordner. Ein starrer Brieftext kann durch eine automatisierte personalisierte Anrede Ihrer Kunden sowie individuelle Textelemente aufgelockert und interessanter gestaltet werden. Dies gilt natürlich auch für Einladungen und Rundbriefe im privaten Bereich.

Inhalte:

- DIN-gerechte Gestaltung eines Geschäftsbriefes
- Einbinden von Logos, Tabellen und Symbolen
- Einfügen von Falz- und Lochmarken
- Einbindung unterschiedlicher Seriendruckfelder und Verknüpfung mit verschiedenen Adressquellen
- Nutzung der Seriendruckfunktion für E-Mails
- Automatisiertes Beschriften von Umschlägen und Etiketten
- Speicherung des erstellten Dokuments als Vorlage (dot-/dotx-Datei)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in MS Word

54504H8
Oliver Schlickeisen
Sonntag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
8. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

WORD – Bequemer arbeiten mit Format- und Dokumentvorlagen

Die grundlegenden Funktionen einer Textverarbeitung sind vielen von Ihnen bekannt. Nur das ständige Nachformatieren von Textpassagen ist sehr zeitraubend. Über die Möglichkeiten der Formatvorlagen können sehr schnelle Änderungen für ein einheitliches Layout umgesetzt werden. Nach dem Abspeichern des erstellten Textes als Dokumentenvorlage (dot-/dotx-Datei) steht Ihnen dann ein Basisdokument zur Verfügung, auf deren Grundlage sich neue Dokumente und Berichte sicher erstellen lassen.

Inhalte:

- Dokumentvorlage erstellen anhand eines Geschäftsbriefes bzw. Berichtes
- Textfelder/Schnellbausteine verwenden
- Formatvorlagen erstellen und bearbeiten
- Formatvorlagen zuweisen und organisieren
- Felder einfügen
- Feldfunktionen anzeigen

Voraussetzungen:
Grundlagen in MS Word

54505H8
Oliver Schlickeisen
Mittwoch, 17.45 – 21 Uhr, 2 X 4 Ustd.
18./25. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Wir sind umgezogen!

DIE VHS – JETZT IN DER ALTSTADT!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Datenbestände mit Excel 2013 analysieren

Ihnen liegen größere Exceltabellen mit z. B. Daten zu Lagerbeständen oder Abrechnungsinformationen vor. Aber wie sie auswerten? Hier kann MS Excel Ihnen helfen Licht ins Dunkel zu bringen! In diesem Kurs lernen Sie Ihre Exceldaten zu sortieren, zu gruppieren und auszuwerten. Damit Sie die Informationen erhalten, die Sie brauchen.

Inhalte:
- Daten filtern und sortieren
- Teilergebnisse, Gruppierung und Gliederung von Daten
- Datenauswertung mit Pivot-Tabellen

Voraussetzungen: Grundkenntnisse MS Excel

54506H8
Thomas Plinke
Dienstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
17. /24. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

EXCEL – So treffen Sie Entscheidungen

Sie beherrschen die „ grundlegenden Formeln“ in einer Tabellenkalkulation, aber die Gruppe der WENN- und VERWEIS-Funktion gehören zu jener Sorte von Funktionen, an denen Sie früher oder später kaum vorbeikommen. Mit ihnen prüfen Sie Resultate und treffen gezielt Entscheidungen, wie eine Berechnung mit Zwischenergebnissen weitergeführt werden kann.

Inhalte:
- Einfache WENN-Funktion
- Geschachtelte WENN-Funktion
- Die UND/ODER-Funktionen
- Bedingungen und Vergleichsoperatoren
- Die Funktionen SUMMEWENN und ZÄHLENWENN
- Kriterien einsetzen mit der Funktion SVERWEIS

Voraussetzungen: MS Excel Grundlagen

54507H8
Oliver Schlickeisen
Mittwoch, 17.45 – 21 Uhr, 2 X 4 Ustd.
4./11. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Excel 2010 – Makroprogrammierung mit Visual Basic for Applications (VBA)

Durch Makros lassen sich komplexe oder häufig wiederkehrende Abläufe automatisieren. Die Nutzung von Makros spart Zeit, macht Abläufe sicherer und erweitert Excel.

Kursziele: Der Kurs soll Sie befähigen, die Grundlagen der Makroprogrammierung zu verstehen. Es ist ausreichend Zeit für das praktische Anwenden anhand von Aufgaben vorgesehen, und wir können zudem auch auf Ihre individuellen Probleme eingehen.

Kursinhalte:
- Grundlagen der Makroprogrammierung, Leistungsumfang von Makros
- Erstellen und Verändern von Makros: Aufzeichnen und Schreiben
- Fenstertechnik mit Makros
- Bezüge, Variablen und Namen in Makros
- Ausgewählte Makrofunktionen
- Erstellen und Anpassen von Dialogfeldern
- Erstellen eigener Menü- und Symbolleisten

Voraussetzung: Gute Kenntnisse entsprechend unseres Kurses „Tabellenkalkulation“ sind unumgänglich. Kenntnisse in einer beliebigen Programmiersprache erleichtern die Teilnahme.

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66016D8
Christian Hahne
Samstag und Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 2 x 8 Ustd.
7./8. November
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 63,80 € Zusatzkosten

Einstieg in MS PowerPoint 2013

PowerPoint ist das Programm mit dem Sie Ihre Präsentationen erstellen und gestalten. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie einfach und in kurzer Zeit eine professionelle Präsentation erstellen. Das Programm bietet eine Vielzahl komfortabler Funktionen und Vorlagen, um bspw. Folien zu erstellen, Texte zu formatieren, Daten aufzubereiten und Grafiken einfließen zu lassen. Praxisnah und leicht verständlich vermitteln wir, wie man Präsentationen vorbereitet und mit Hilfe von PowerPoint praktisch umsetzt. Im Kurs wird auch darauf hingewiesen, was bei einer solchen Präsentation vermieden werden sollte.

Inhalte:
- Grundbegriffe der Präsentationstechnik
- Gestaltung von Folien mit Folienlayouts und Entwurfsvorlagen
- Präsentationen mit Grafiken, Diagrammen, Tabellen und Multimedia-Elementen
- Animationen und Folienübergänge für Bewegung in Präsentationen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse in MS Windows

54508H8
Norman Liebhold
Mittwoch, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
4./11. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Perfekter Einsatz von MS Outlook 2013

Nutzen Sie die Möglichkeiten von MS Outlook um sich die tägliche Arbeit zu erleichtern. Planen Sie Termine, Aufgaben, Besprechungen. Organisieren Sie Ihre E-Mails, damit Sie sich auf das Wichtigste konzentrieren können! Passen Sie MS Outlook an Ihre individuellen Bedürfnisse an und pflegen Sie Kontakte, Termine und Aufgaben.

Inhalte:
- Die MS Outlook Programmoberfläche
- Einrichtung von E-Mail- und Internet-Konten
- E-Mails versenden, empfangen, beantworten, weiterleiten
- Wie hänge ich Dateien an meine E-Mails?
- Nutzung von Filtern, um die E-Mail-Flut in den Griff zu bekommen
- Sinnvolle Nutzung der Kalenderfunktion
- Aufgabenplanung
- Kontakte anlegen und verwalten
- Notiz-Funktion nutzen

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in MS Windows

54509H8
Thomas Plinke
Samstag, 8.30 – 17 Uhr, 1 x 10 Ustd.
28. November
Haus der VHS
34,50 € + 28 € Zusatzkosten

OneNote 2013 – Das universelle Informations-Werkzeug für Ihren Alltag

Schluss mit der Zettelwirtschaft – finden und verteilen Sie Informationen in ihrer Familie, in Ihrem Team, für sich selbst an beliebigen Orten einen zentralen Ablageplatz. Erstellen Sie Notizen, Sprachnachrichten und Bilder und sammeln sie. OneNote ist auf allen bedeutenden Plattformen kostenlos verfügbar. Es ist ein außerordentlich leistungsfähiges Programmpaket, das Ihren Informationsbedarf als persönliches Notizbuch, bei der Unterstützung Ihrer Vereinstätigkeit, in Ihrer Arbeitsgruppe u. v. m. decken kann. Das kann auf beliebigen Geräten, vom Mobiltelefon bis zum Apple-PC, geschehen. Machen Sie, was Sie wollen – und das erfolgreich!

Inhalte:
- OneNote 2013 kennenlernen und konfigurieren
- OneNote in Verbindung mit anderen Anwendungen
- Notizen erstellen und verteilen
- Informationen strukturieren und verwalten
- Notizbücher veröffentlichen und verwenden
- OneNote als mobile Anwendung

Voraussetzungen: Umgang mit MS-Windows, Grundkenntnisse MS-Office
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66018D8
Lutz Lange
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
4. November
VHS, Büssingweg 9
14 € + 18 € Zusatzkosten

Microsoft Visio 2013 – Gut geplant und skizziert

Zielgruppe: Planende im Beruf und im Privaten, in IT-Abteilungen und Organisations-Abteilungen. Haben Sie täglich einige Planungen zu machen und wünschen sich Hilfe? Mit Visio 2013 und diesem Kurs können Sie grundlegend einsteigen und sich den Alltag erleichtern.
Inhalte:
- Grundlagen des Planens
- Grundlagen von MS Visio: Oberfläche und neue Zeichnungen
- Zeichnungen erstellen
- Zeichenblatt einstellen
- Formen (Shapes) und Verbindungen
- Text in Visio
- Eigene Vorlagen erstellen
- Tipps und Tricks
- Übungen zum eigenen Skizzieren

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse sowie MS Word oder PowerPoint.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66019D8
Jan Mundhenk
Freitag, 18 – 21.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
30./31. Oktober und 1. November
VHS, Büssingweg 9
70 € + 55 € Zusatzkosten

Projekte planen, kontrollieren und verwalten mit Microsoft Project 2013

Zielgruppe: Projektmanager und -managerinnen, Projektleitende in Studium, im Beruf und im Privaten.
Wollten Sie schon immer ein Projekt einfacher koordinieren? Haben Sie sich bisher von Project abschrecken lassen? Dann sind Sie hier richtig, um diese Lösung von Grund auf zu lernen.
Inhalte:
- Grundlagen des Projektmanagements
- Grundlagen von MS Project: Oberfläche und neue Projekte
- Projekte erstellen: Vorgänge mit Beziehungen, Ressourcen und Kalendern
- Ansichten nutzen: Ansichten, Tabellen, Masken und Berichte
- Terminplanung: Einschränkungen, Verschiebungen, Kapazitätsabgleich
- Projektcontrolling: Nachverfolgung, Kostenkontrolle
- Projektberichte: Informationen aufbereiten, Gruppieren
- Fortgeschrittenes: Project anpassen, Mehrprojektmanagement
- Tipps und Tricks

→

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse sowie MS Word oder PowerPoint.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66020D8
Jan Mundhenk
Freitag, 18 – 21.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
27./28./29. November
VHS, Büssingweg 9
70 € + 57 € Zusatzkosten

Projektmanagement mit Project für Fortgeschrittene

Haben Sie schon einige Projekte als Projektleitung betreut und hatten Gelegenheit es einzusetzen? Dann können Sie hier weiterführende Werkzeuge kennenlernen, die Ihnen die Arbeit erleichtern. Ob es nun eigene Auswertungen über die in Project hinterlegten Informationen sind, Fragen zur Gliederung der Projekte oder der Arbeitsorganisation mit diesem Werkzeug. Hier sind Sie richtig! Lernen Sie Mehrprojektmanagement mit Project umzusetzen, passende Informationen für die jeweiligen Ansprechpartner aufzubereiten und weiterzugeben, passende Planungsstrategien für Ihre Projekte zu finden, Projektsteuerungsmöglichkeiten mit Project und darüber hinaus anzuwenden, eigene Auswertungen zu erzeugen und betriebswirtschaftliche Erfolgskontrolle mit der Earned Value Analyse herzustellen.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in Microsoft Project.

66021D8
Jan Mundhenk
Freitag, 18 – 21.15 Uhr, 1 x 4 Ustd.
Samstag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
11./12. Dezember
VHS, Büssingweg 9
42 € + 38 € Zusatzkosten

PDF-Dateien bearbeiten mit Acrobat Professional

Dieses Seminar richtet sich an alle Interessierten, die die professionelle Software Adobe Acrobat kennenlernen möchten. PDF-Dateien sind heute in vielen Büros kaum wegzudenken. Im Rahmen dieses Seminars erfahren Sie, mit welchen vielfältigen Möglichkeiten Sie PDF-Dokumente bearbeiten können.

Inhalte:
- Entwicklung und Einsatzmöglichkeiten
- Grundlagen von Acrobat X und seine Werkzeuge
- PDF-Dateien anzeigen, erstellen, versenden
- Komfortable Navigation in Dokumenten
- PDF-Dateien bearbeiten
- Dokumente in Formulare verwandeln
- PDF-Einstellungen für die Druckausgabe und für das Internet
- Dokumente schützen

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Windows
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

66023D8
Angela Wulf
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 4 x 3 Ustd.
2. November – 23. November
VHS, Büssingweg 9
42 € + 30,40 € Zusatzkosten

Betriebssystem Android – Lernen Sie Ihr Smartphone oder Tablet kennen

Android ist das Betriebssystem auf vielen mobilen Geräten wie Smartphones oder Tablets. Es hat sich zum am weitesten verbreiteten Betriebssystem auf Smartphones entwickelt. Wenn Sie Besitzer eines neuen Smartphones oder Tablets sind, finden Sie sich vielleicht noch nicht zurecht. Wir helfen Ihnen dabei. Lernen Sie die Androidoberfläche kennen und zu bedienen.

Inhalte:
- Installieren Sie Apps und Widgets
- Pflegen Sie Ihre Kontakte und Termine
- Finden Sie alle wichtigen Einstellungen im Betriebssystem
- Lernen Sie weitere praktische Apps für Ihr mobiles Leben kennen

Voraussetzung: Besitzer eines Androidgerätes. Bitte Gerät zum Kurs mitbringen.

Smartphone
54510H8
Norman Liebhold
Dienstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
3./10. November
Haus der VHS
27,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

→

→
Tablet
54511H8
Norman Liebhold
Dienstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
26. November / 3. Dezember
Haus der VHS
27,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

Smartphone
54512H8
Norman Liebhold
Donnerstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
12./19. Januar 2016
Haus der VHS
27,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

Datensicherung für Privatpersonen und kleine Unternehmen

Haben Sie selbst schon einmal Datenverlust erlitten? Zum Beispiel durch:
- Hardware-Schäden
- Diebstahl oder absichtliches Löschen der Daten
- Computerviren, -würmer und Trojanische Pferde
- versehentliches Überschreiben oder Löschen der Daten

Datensicherungen, auch Backups genannt, können Sie sowohl vor finanziellem als auch ideellem Schaden bewahren. Zwar weiß fast jeder, dass er eine Sicherung erstellen sollte, aber kaum jemand setzt dies auch um. In diesem Kurs lernen Sie alles, was Sie darüber wissen müssen.

Inhalte:
- Speichermedien und deren Haltbarkeit
- Die richtige Datensicherungsstrategie
- Automatisierungsmöglichkeiten

Voraussetzungen: Grundkenntnisse von MS Windows

54513H8
Norman Liebhold
Donnerstag, 17.45 – 21 Uhr, 1 x 4 Ustd.
1. Oktober
Haus der VHS
13,80 € + 13,70 € Zusatzkosten

APPLE MACINTOSH

Apple Macintosh OS X (Mountain LION) – Grundkurs

Sie haben einen Mac und finden nicht immer so richtig zusammen? „Hilfe, wo ist meine Datei geblieben?“ Wie benutze ich einen USB Stick oder brenne eine DVD? Und was ist bitte Spaces oder Exposé? Dieser Kurs soll Ihnen auf spielerische Art und Weise die Grundkenntnisse im Umgang mit dem Apple Macintosh vermitteln. Die vielen Lernschritte helfen Ihnen nach und nach Ihren Macintosh individuell einzurichten und sicher zu bedienen.

Kursziel: Die TeilnehmerInnen sollen den Aufbau des Apple-Betriebssystems, seine wichtigsten Konzepte und die grundsätzlichen Bedienungsmethoden kennen lernen.

Inhalte:
- Kennenlernen der Arbeitsoberfläche (Schreibtisch)
- Arbeiten mit dem Finder (Lunchpad, Misson Control)
- Menüs und Menübefehle
- Grundelemente der Fenstertechnik
- Verwalten von Festplatten, Ordner sowie externe Speichermedien
- Grundlegende Systemeinstellungen

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54060D8
Uwe Schenk
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
26./27. September
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 52,20 € Zusatzkosten

54061D8
Robert Schneider
Montag und Mittwoch, 18.30 – 21 Uhr, 6 x 3 Ustd.
2. November – 18. November
VHS, Büssingweg 9
48,60 € + 55,60 € Zusatzkosten

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!

Apple Macintosh OS X (Mountain LION) – Aufbaukurs

Sie haben einen Mac und möchten das zuvor im Grundkurs vermittelte Wissen weiter vertiefen? Wie organisiere ich meine Daten? Wie erstelle ich ein Datenbackup? Wie kann ich meine Systemeinstellung zurücksetzen und was mache ich, wenn mein Mac nicht mehr startet? Die Antworten auf diese und ähnliche Fragen sollen mit Hilfe von anschaulichen Übungen vermittelt werden.

Inhalte:

- Wichtige Systemeinstellungen
- Optimierung des Systems
- Festplattenfehler
- Datensicherung/Systembackup
- Spaces und Exposé
- Installieren und Deinstallieren von Programmen
- Verwalten von Speichermedien (Festplatte, USB Sticks, etc.)
- Erweiterter Umgang mit Ordnern und Dokumenten

Voraussetzung: Apple Macintosh OSX Grundkurs
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

54062D8
Uwe Schenk
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
28./29. November
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 37,20 € Zusatzkosten

iPad – effektiver nutzen

In diesem Kurs werden Sie von den ersten Schritten bis zur sicheren und selbständigen Handhabung mit vielen Praxisbeispielen in die Welt des iPad eingeführt.

Inhalte:

- Apps laden, beenden, nutzen, sortieren und löschen
- Apple-ID einrichten, um sich Apps im App Store zu laden
- Weitere Home-Bildschirme und Ordner erstellen
- Kabellos synchronisieren
- iMessage (kostenloser SMS-Versand via Internet)
- Multitasking-Gesten verwenden
- Live-Update
- Einrichten und Synchronisieren mit iCloud

Das eigene iPad muss mitgebracht werden.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

54064D8
Uwe Schenk
Samstag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
7. November
VHS, Büssingweg 9
28 € + 11,50 € Zusatzkosten

Lernen Sie Ihr iPhone kennen

Das iPhone hat Smartphones in der Welt bekannt gemacht. Und nun besitzen Sie auch eines, finden sich aber nicht in der neuen Applewelt zurecht ? In diesem Kurs lernen Sie die Anwendung und wichtige Einstellungen.

Inhalte:

- Wozu dient eine AppleID
- Wie funktioniert iTunes
- Installieren Sie Apps
- Pflegen Sie Ihre Kontakte und Termine
- Benutzen Sie daseMailprogramm und weitere Programme
- iMessage
- iCloud
- Siri
- Navigation
- Finden Sie alle wichtigen Einstellungen in Ihrem iPhone
- Lernen Sie weitere praktische Apps für Ihr mobiles Leben kennen

Voraussetzungen: Besitzer eines iPhones.
Bitte bringen Sie Ihr Gerät zum Kurs mit.

54514H8
Norman Liebhold
Dienstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
6./13. Oktober
Haus der VHS
27,60 € + 6,50 € Zusatzkosten

ERFOLGREICH UND SICHER IM INTERNET

Kaufen und Verkaufen bei eBay

Wollen Sie mal wieder Ihren Keller entrümpeln? Wollen Sie Ihre alte Sammlung nicht wegwerfen, sondern lieber zu Geld machen? Sie suchen Artikel, die es schon lange nicht mehr im Handel gibt? Versuchen Sie es mit eBay! eBay ist ein Online-Marktplatz mit über 10 Millionen Artikeln, die ständig verfügbar sind. Bei eBay lässt sich (fast) alles verkaufen und kaufen. Wer sich an die wichtigsten Grundregeln hält, den lassen Horrorgeschichten kalt, die immer wieder über den Online-Handel verbreitet werden. Wie es geht erfahren Sie hier. Wenn Sie bereits über eBay-Zugangsdaten verfügen, bringen Sie diese bitte zum Kursbeginn mit.

Inhalte:

- Zahlen und Fakten zum Online-Handel
- Artikel suchen, bieten, ersteigern
- Artikel einstellen und verkaufen
- Zahlungsabwicklung und Versandarten
- Tipps und Tricks zur richtigen Artikelpräsentation
- Alternativen zum Branchenprimus eBay

Voraussetzungen: Grundkenntnisse mit einem Webbrowser (InternetExplorer, Firefox, Opera)

54515H8
Norman Liebhold
Montag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
23./30. November
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Erfolgreiches Online-Marketing

Sie wollen für sich selbst, Ihr Projekt oder Ihre Firma erfolgreich im Internet werben? Dann sollten Sie wissen, was zu tun ist, damit Suchmaschinen Ihre Website auch leicht finden können. Stellen Sie schon ein Banner zur Verfügung, das auf anderen Websites eingebunden werden kann? In diesem Kurs erfahren Sie, wie das geht. Möchten Sie E-Mail-Marketing oder soziale Netzwerke für Ihre Zwecke nutzen? Welche gesetzlichen Vorschriften müssen beachtet werden? Diese und weitere Themen werden in diesem Kurs behandelt.

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Umgang mit einem Webbrowser und E-Mail-Programm

Inhalte:

- Website optimieren (SEO)
- Bannerwerbung
- Suchmaschinenmarketing (SEM)
- E-Mail-Marketing
- Social-Media-Marketing

54516H8

Norman Liebhold
Montag, 17.45 – 21 Uhr, 3 x 4 Ustd.
28. September/5. und 12. Oktober
Haus der VHS
41,40 € + 34,60 € Zusatzkosten

Bloggen mit Wordpress

Sie wollen einen eigenen Blog auf ihrer eigenen Hompage für Ihre Hobbies, Reisen oder sonstige Interessen eröffnen? Mit der kostenfreien Blog-Software „Wordpress“ ist das kein Problem. Sie lernen in diesem Einführungskurs, wie Sie Wordpress installieren und das Design Ihren Wünschen anpassen. Gestalten Sie Ihren Blog zielorientiert und wecken Sie das Interesse von Usern.

Inhalte:

- Webhostingaccount erstellen
- Wordpress installieren
- Design ändern
- Artikel erstellen
- Seiten erstellen
- PlugIns installieren

Voraussetzungen: Sehr gute Internet-Kenntnisse. Optional: Eine Domain mit Zugangsdaten (wenn vorhanden, bitte mitbringen)

54517H8

Norman Liebhold
Mittwoch, 17.45 – 21 Uhr, 3 x 4 Ustd.
30. September/7. und 14. Oktober
Haus der VHS
41,40 € + 34,60 € Zusatzkosten

Facebook und andere soziale Netzwerke

Facebook, Myspace, XING, studiVZ: Jeder hat schon davon gehört und viele Menschen sind inzwischen an dem einem oder anderem sozialen Netzwerk angemeldet. Facebook ist weltweit das größte soziale Netzwerk, das Sie in diesem Kurs schwerpunktmäßig kennenlernen werden. Doch welche Unterschiede haben die Netzwerke? Wofür ist das eine oder andere Netzwerk gut? Welche Daten dürfen Sie den Netzen anvertrauen und welche besser nicht? Wie funktioniert ein solches Netzwerk? Welche Folgen können die längst vergessen Daten später noch für Sie haben? Wie kann ein soziales Netzwerk nicht nur privat sondern auch beruflich ein Vorteil sein? All diese Fragen und noch weitere rund um die sozialen Netzwerke werden in diesem Kurs beantwortet.

Inhalte:

- Anmeldung an einem Sozialen Netzwerk
- Umgang mit Daten und Fotos
- Neue Freunde sammeln und alte Freunde wieder finden
- Die eigene Seite befüllen
- Tipps für den Datenschutz
- Mobile Nutzung der Netzwerke (Apps)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse im Umgang mit einem Webbrowser (Internet Explorer, Firefox, Opera, Safari)

54518H8

Norman Liebhold
Mittwoch, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
20./27. Januar 2016
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Kostenlos und einfach – Die Webseite aus dem Baukasten mit Jimdo

Ohne Vorkenntnisse und in wenigen Schritten erstellen Sie die eigene Online-Präsenz - inklusive Features wie Blog, Bildergalerien, YouTube-Videos. Sogar ein kleiner eigener Online-Shop lässt sich per Klick einrichten – und das mit einem kostenlosen Programm. Ohne eigene Domain fallen noch nicht einmal Kosten für das Hosting an. Lernen Sie in diesem Seminar Schritt für Schritt und mit praktischen Übungen wie Sie Ihren Webauftritt planen, einrichten und gestalten. Füllen Sie die Webseite mit Ihren Bildern, Texten, Tabellen und vielem mehr. Schauen Sie sich Beispiele an unter *de.jimdo.com*. Dazu gehört die Bereitschaft, sich kostenlos bei „Jimdo“ mit einem Nutzernamen und E-Mail-Adresse (mehr ist tatsächlich nicht nötig) anzumelden.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54066D8

Detlev Uhte
Samstag, 9 – 16 Uhr, 1 x 8 Ustd.
21. November
VHS, Büssingweg 9
28 € + 28,50 € Zusatzkosten

Xpert CMS Online Designer siehe Seite 225

iPhone Apps mit HTML, CSS und Javascript entwickeln

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich für moderne Kommunikationsmittel interessieren, ihr Smartphone erweitern wollen oder in die Welt der WebApp-Programmierung einsteigen wollen. Mit HTML5, CSS3 und Javascript haben wir alle Werkzeuge um eigene Apps für iPhone, iPod touch, iPad, Android etc. zu erstellen. Dazu ist nicht einmal ein Apple-Computer nötig. Am Beispiel einer Adressbuch-App erlernen wir die Benutzung des JQtouch-Frameworks. Wir lernen die neuen Möglichkeiten von HTML5 im Zusammenspiel mit CSS3 kennen und erstellen damit unsere erste multitouch fähige App.

Voraussetzungen: Grundlegende Kenntnisse in HTML, CSS und Javascript sowie die Bereitschaft sich auf HTML-/Javascriptquelltexte einzulassen.

54068D8

Gerd Jacob
Mittwoch, 18 – 21.15 Uhr, 4 x 4 Ustd.
11. November – 2. Dezember
VHS, Büssingweg 9
56 € + 34 € Zusatzkosten

DESIGN, GRAFIK, BILD UND FILM

Video-Schnitt – Filme mit Musik, Fotos und Titeln gestalten

Die Videos sind gedreht; viele Stunden Filmmaterial stapeln sich. Verewigen Sie Ihre wertvollen Erinnerungen doch auf DVD, BlurayDisc oder im Internet.
Beim nichtlinearen Schnitt wird das Filmmaterial zuerst auf Festplatten gespeichert. Anschließend können Szenen mit dem Programm Adobe Premiere Elements gekürzt und beliebig zusammengefügt werden. Mit Musik, Fotos und Titeln unterlegt gestalten Sie Filme, die später bei Ihnen und Ihrem Publikum auch wirklich gut ankommen.

Inhalte:
- Datenübertragung auf den PC
- Auswählen von Szenen und Anordnen in der Zeitleiste
- Einfügen von zusätzlichen Audio- und Bilddateien
- Erstellen von Titeln
- Anwenden von Video- und Audiofiltern
- Anwenden von Szenenüberblendungen
- Ausgabe des Films auf DVD, Blueray Disc oder Datei z. B. für das Internet, Smartphone etc.

Voraussetzungen: Gute Windows-Kenntnisse.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.
Hinweis: Eigene Kamera und Material kann mitgebracht werden

66030D8
Axel Brunotte
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
31. Oktober/1. November
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 34 € Zusatzkosten

Einstieg in die Bildbearbeitung mit Gimp

Dieser Kurs zeigt den kompletten Umfang der Bildbearbeitung auf. Von der Digitalkamera oder dem Scanner über die Bildbearbeitungssoftware bis zum Druck oder dem Versand per Mail.
Wir werden die Grundfunktionen der einzelnen Komponenten kennenlernen und gerade auch bei der Software bewusst auf teure Profisoftware verzichten. Hier bietet die kostenlose Alternative Gimp fast die gleichen Möglichkeiten. Das fängt an bei der professionellen Retusche und Verbesserung Ihrer Bilder, dem Ausdruck auf Ihrem Drucker bis zum Vorbereiten der Bilder für andere Officeprogramme oder die Verwendung auf Webseiten.

Inhalte:
- Grundlagen der Hardware (Scanner, Digitalkamera, Brenner)
- Grundkenntnisse der digitalen Bildbearbeitung
- Retuschieren, Ebeneneffekte, Farbmodi
- Dateiformate, Bildkomprimierung, Auflösungen
- Tipps zu nützlichen Internetseiten zum Thema

Voraussetzungen: Grundkenntnisse von MS Windows

54519H8
Norman Liebhold
Mittwoch, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
25. November/2. Dezember
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Gimp-Aufbaustufe: Mehr als nur Fotos bearbeiten

In diesem Kurs geht es um die Erstellung eigener Grafiken und Logos. Sie werden Buttons erstellen, die Sie auf der eigenen Webseite einbinden können. Dabei werden Sie einen Einblick in die Filterwerkzeuge von Gimp bekommen und weitere Plugins in Gimp einbetten. Wenn Sie fertige Grafiken in den Druck schicken wollen, werden Sie feststellen, dass CYMK Farbprofile verlangt werden. Hier erfahren Sie, wie das mit Gimp möglich ist.

Inhalte:
- Reflektoren, Schatten, Filter
- Erstellung von Buttons
- Erstellung von Animationen
- Installation von Plugins
- Umwandeln von RGB in CYMK

Voraussetzungen: Kurs Bildbearbeitung mit Gimp oder vergleichbare Kenntnisse

54520H8
Norman Liebhold
Donnerstag, 17.45 – 21 Uhr, 2 x 4 Ustd.
14./21. Januar 2016
Haus der VHS
27,60 € + 20,90 € Zusatzkosten

Bildbearbeitung mit Photoshop Elements

Mit Photoshop Elements bietet Adobe ein tolles Programm für die Optimierung Ihrer Bilder. Werkzeuge wie z. B. der Reparatur-Pinsel unterstützen Sie perfekt bei der Bildretusche. Glanzlichter in Porträts lassen sich damit beispielsweise einfach wegklicken. Neben praktischen Automatik-Funktionen finden sich auch komfortable Werkzeuge für die Bearbeitung von Details oder für die Fotomontage.

Voraussetzung: Gute Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66040D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
14./15. November
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 50 € Zusatzkosten

Bildbearbeitung mit Photoshop I (MS Windows)

Im Rahmen dieses Kurses erlernen Sie einige der vielfältigen Möglichkeiten von Photoshop, Bilder und Fotos digital zu montieren, zu retuschieren und zu verfremden.

Zielgruppe: Dieser Kurs ist an Interessenten gerichtet, die die professionelle Bildbearbeitungs-Software Photoshop kennen lernen wollen.

Inhalte:
- Grundlagen von Photoshop
- Die Werkzeugpalette
- Einfache Montagetechniken
- Arbeiten in Ebenen
- Einsatz von Filtern
- Farbmodelle (RGB, CMYK etc.)
- Verschiedene Auswahltechniken

Voraussetzung: Gute Windows-Kenntnisse.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

66041D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 4 x 8 Ustd.
5./6. und 12./13. Dezember
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 74 € Zusatzkosten

Bildbearbeitung mit Photoshop – Aufbaukurs ist als Bildungsurlaub geplant.
Termine finden Sie auch auf unserer Internetseite:
www.vhs-hannover.de

Malen und Zeichnen mit dem Tablet

Kreativ sein mit einem Tablet? Das geht ganz einfach. Lernen Sie die Grundlagen von Öl-Malerei, Aquarelltechnik und Graphit-Zeichnung digital kennen!
Mit Finger und Digitalstift erstellen wir Stillleben, Portraits und Landschaftsbilder. Dieser betreute Einstiegs-Kurs vermittelt die Wirkung von Gestaltungselementen wie z. B. Bildkomposition, Perspektive, Licht, Schatten, Form, Farbe, Linie und Struktur.

Inhalte:

- Erprobung anhand von Praxis-Übungen der verschiedenen Werkzeuge (Pinsel, Stifte, Farbpaletten, Radierer etc.) des Microsoft-Programms „Fresh Paint“, wobei der Spaß am Ausprobieren hierbei wichtig ist und eigene Ideen sehr willkommen sind
- Entstehung Ihrer virtuellen Bilder-Galerie
- Bereitstellung von Tutorials und Hand-Outs auf einer Austauschplattform (moodle), die sowohl zum Hochladen der digitalen Bildwerke, als auch zur Weiterverarbeitung auf einem privaten Endgerät (ab Windows 8.1) genutzt werden kann.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in der EDV, Vorkenntnisse im Umgang mit Zeichensoftware sind nicht erforderlich.
Tablets und W-LAN werden im Kurs bereitgestellt.

55521H8
Natalie Deseke
Samstag/Sonntag, 9.30 – 16.30, 2 x 8 Ustd.
7./8. November
Haus der VHS
43,20 € + 35,80 € Zusatzkosten

InDesign – Von der Visitenkarte zur Broschüre

Dieses Seminar richtet sich an alle, die mit dem Layoutprogramm Adobe InDesign eigene Layouts entwerfen möchten. Es sind keine Vorerfahrungen erforderlich.

Inhalte:

- Texte einfügen und formatieren
- Mit Grafikrahmen arbeiten
- Eigene Objekte zeichnen
- Tabellen erstellen
- Bilder platzieren
- Mit Farben arbeiten
- Hilfsmittel für die Gestaltung des Layouts

Voraussetzung: Gute Kenntnisse in Windows und in einem Anwendungsprogramm wie z. B. Word.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.
Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

66043D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 4 x 8 Ustd.
10./11. und 17./18. Oktober
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 74 € Zusatzkosten

Digitale Fotoentwicklung mit Lightroom und Composing mit Photoshop

Photoshop Lightroom ist nicht nur ein komfortables Werkzeug zur Verwaltung Ihrer Fotografien, sondern auch die digitale Dunkelkammer mit der Sie Ihre Bilder entwickeln und z. B. Farben, Helligkeit, Kontrast und Schärfe optimieren. Lightroom bietet zudem tolle Funktionen zum Geraderichten und Ausschneiden von Fotos, sowie Retusche-Werkzeuge. Darüber hinaus lassen sich ungewöhnliche Bildstile schon bei der Entwicklung gestalten. Nachdem Sie Lightroom kennengelernt haben, werden in diesem Kurs Bilder freigestellt und in Photoshop zu Fotomontagen, den Composings verschmolzen.

Inhalte:

- Was ist Lightroom? Eine Übersicht
- Verwalten von Bildern mit dem Lightroom-Katalog
- Die Module von Lightroom
- Entwickeln und Optimieren von Fotos
- Retusche-Möglichkeiten
- Bücher und Präsentationen gestalten
- Export von Bildern und Videos
- Freistellung und Composing in Photoshop

Voraussetzung: Gute Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.

→

66044D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 4 x 8 Ustd.
16./17. und 23./24. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
86,40 € + 58 € Zusatzkosten

Layout- und Gestaltungs-Wochenende

Dieses Wochenendseminar richtet sich an alle, die sich beruflich oder privat mit der Gestaltung von Layouts befassen. In den unterschiedlichsten Bereichen kommen wir heute mit Designs in Berührung: viele Anwender erstellen Flyer, Plakate und Broschüren, pflegen Websites, gestalten PowerPoint-Präsentationen oder entwerfen eigene Fotobücher. Hierbei stehen wir vor der Entscheidung, welche Schriftarten wir einsetzen, welche Farben mit unseren Inhalten harmonieren, wie wir Logos und Designelemente, sowie Flächen und Linien platzieren. Wenn alle Elemente harmonisch miteinander verknüpft sind, wirken Layouts ansprechend und machen neugierig auf den Inhalt. Eine gute Gliederung erleichtert die Erfassbarkeit von Texten und führt den Betrachter durch unsere Publikationen.

Inhalte:

- Formatwahl und Gestaltungsraster
- Typografie: Schriftwahl und -gestaltung
- Harmonische Farben
- Bildwirkung und -platzierung
- Blickfang: Designelemente wie Linien und Formen

Voraussetzung: EDV/Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

66045D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
26./27. September
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 34 € Zusatzkosten

→

Layout- und Grafik-Gestaltung mit COREL Draw

Keine Lust auf Abolizenzen? VHS-Kursteilnehmer erhalten 90 % Rabatt auf Corel Graphics Suite Lizenz!
Mit dem Grafikprogamm Corel DRAW können Sie Illustrationen und Logos mit komfortablen Techniken gestalten. COREL verfügt über starke Layouttechniken, so dass Sie von kleinen Drucksachen wie Visitenkarten bis zu umfangreichen Broschüren und Büchern alle Gestaltungsaufgaben realisieren können.

Inhalte:
- Die Werkzeuge von COREL Draw
- Illustrationen und Logos gestalten
- Typografie und Layout
- Daten-Vorbereitung und -Ausgabe für Internet und Druck

Voraussetzung: EDV/Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

66048D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
10./11. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
48 € + 39 € Zusatzkosten

NEU
M3-WORKSHOPS
Kreative und Modebegeisterte aufgepasst:
Ab jetzt bietet M3 Tages-, Wochenend- und Abendkurse für Anfänger und Fortgeschrittene an.
Infos unter: M3-MenschenMachenMode.de

Fotobücher gestalten

Ihre Lieblingsfotos in Fotobüchern zu präsentieren ist eine tolle Variante, Erinnerungen einen schönen Rahmen zu geben.
Dieser Kurs startet mit einer Grund-Optimierung Ihrer Fotos in Adobe Photoshop in Bezug auf Ausschnitt, Farbgebung, Helligkeit und Kontrast sowie Bildschärfe. Auf Wunsch können auch Effekte eingesetzt werden. Sie lernen die Gestaltungs-Möglichkeiten der CEWE-Software kennen. Abschließend werden das „Hochladen" der Dateien, sowie der Bestellvorgang durchgespielt.

Inhalte:
- Grundoptimierung der Bilder mit Adobe Photoshop CS6 oder Adobe Photoshop Elements
- Hilfreiche Gestaltungsregeln
- Gestaltung Ihres Fotobuchs
- Upload der Bilder
- Bestellvorgang

Voraussetzung: Gute Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.

66046D8
Angela Wulf
Montag, 18 – 20.30 Uhr, 4 x 3 Ustd.
30. November – 21. Dezember
VHS, Büssingweg 9
42 € + 28 € Zusatzkosten

Bildbearbeitung mit Corel PHOTO-PAINT

Keine Lust auf Abolizenzen? VHS-Kursteilnehmer erhalten 90% Rabatt auf Corel Graphics Suite Lizenz!
Photo-Paint ist ein leistungsstarkes Werkzeug für die Optimierung Ihrer Fotos. Der Kurs startet mit der klassischen Bildoptimierung. Die Werkzeugpalette wird eingehend behandelt und Ebenen werden sowohl für Effekte, als auch für Composings eingesetzt.

Inhalte:
- Optimierung von Tonwerten, Kontrast, Farben, Schärfe
- Fotoretusche/Beautyretusche
- Typografie, Flyergestaltung
- Ebenen-Composing: Fotomontagen und Collagen

Voraussetzung: EDV/Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

66047D8
Angela Wulf
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
24./25. Oktober
VHS, Büssingweg 9
48 € + 39 € Zusatzkosten

KONSTRUKTION UND VISUALISIERUNG MIT CAD

CAD-computerunterstütztes Zeichnen mit Auto-CAD – Stufe I

Der Kurs soll die grundlegenden Kenntnisse in der Anwendung von AutoCAD vermitteln. Sie werden durch praxisnahe Übungen in die Funktionsweisen des CAD-Programms eingeführt. Angesprochen sollten sich all diejenigen fühlen, die noch immer mit der Hand zeichnen und nun den Schritt zum computerunterstützten Zeichnen wagen wollen.

Inhalte:
- Konfiguration der Geräte und Installation
- Zeichnen der Grundelemente durch Koordinateneingabe oder mit anderen Befehlseingabemöglichkeiten
- Zentrale Bedeutung und Anwendung des Objektfangs in der Zeichen- und Konstruktionstechnik
- Kennen lernen der unterschiedlichen Änderungsbefehle
- Sinnvolle Arbeit mit den vielfältigen Möglichkeiten in der Layertechnik
- Arbeiten mit benutzerdefinierten Koordinaten
- Bemaßen und Beschriften
- Verschiedene rationelle Arbeitstechniken bei der Zeichnungserstellung mit AutoCAD, Zeichnungsausgabe durch Drucken in verschiedenen Maßstäben.

Alle erlernten Inhalte werden an Übungen aus der Praxis vertieft. Um den Unterricht möglichst praxisnah zu gestalten, wird es begrüßt, wenn Sie ihre eigenen Zeichen- und Konstruktionsaufgaben mitbringen, da so das Erlernte am besten in der eigenen Praxis geübt werden kann.

Voraussetzungen: Kenntnisse über EDV-Grundlagen und von Windows
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

57001D8
Thomas Kauertz
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 4 x 10 Ustd.
14./15. und 21./22. November
VHS, Büssingweg 9
108 € + 100 € Zusatzkosten

57X02D8
Thomas Kauertz
Montag – Freitag, 8.30 – 16 Uhr, 5 x 8 Ustd.
9. – 13. November
VHS, Büssingweg 9
108 € + 103 € Zusatzkosten

CAD II – computerunterstütztes Zeichnen mit AutoCAD – Aufbaustufe ist als Bildungsurlaub vom 30. Nov. – 4. Dezember geplant. (Kurs-Nr. 57X03D8, siehe Bildungsurlaubbroschüre)

INFO TEL. 168-45770, -45618

3D-Design mit SketchUp

Mit SketchUp, einer kostenlosen Designsoftware von Google für EinsteigerInnen, können Skizzen schnell erstellt und verändert werden. Der Kurs vermittelt die Grundlagen der Anwendung des 3D-Modellierungsprogrammes SketchUp. An praxisorientierten Übungen lernen Sie das Programm soweit kennen, dass ein selbstständiges Arbeiten nach Vollendung des Kurses ermöglicht wird. Um den Unterricht praxisnah zu gestalten, bringen Sie möglichst ihre eigenen Zeichenaufgaben mit, da so das Erlernte am besten in der eigenen Praxis geübt werden kann. Der Kurs erfordert keinerlei Vorkenntnisse im Umgang mit Zeichensoftware im CAD-Bereich.

Inhalte:
- Konfiguration des Programmes
- Zeichnenbefehle zur Erzeugung von 2D-Formen und 3D-Körpern
- Kennenlernen der unterschiedlichen Änderungsbefehle
- Texturierung (Belegen der Formen mit Materialien)
- Schatteneinstellungen
- Zeichenstile
- Import/Export
- Ausgabe in Datei und Drucken
- SketchUp und das Internet

Voraussetzung: Gute Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

57004D8
Florian Kellner
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
7./8. November
VHS, Büssingweg 9
43,20 € + 34 € Zusatzkosten

Faszination 3D-Druck

Ob Handy Case, Vase oder Action-Figur – in diesem Kurs Schritt für Schritt von der Idee bis zum fertig ausgedruckten 3D-Modell (im FDM Verfahren) mit frei verfügbarer Software zum Kreieren von Modellen, zum Ansteuern und Betreiben von 3D-Druckern. Sie erhalten Grundkenntnisse des technischen Zeichnens, der Software und der Fertigungstechnik mit praktischen Beispielen. Jeder Teilnehmer erhält ‚sein' Modell ausgedruckt. Näheres unter www.vhs-hannover.de

Voraussetzung: EDV/Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

57005D8
Gerhard Posywio
Freitag, 17.30 – 20.45 Uhr, 1 x 4 Ustd.
23. Oktober
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 2 x 8 Ustd.
24./25. Oktober
VHS, Büssingweg 9
80 € + 25 € Zusatzkosten

WEB-PUBLISHING – WEB-DESIGN

Der Lehrgang zur professionellen Online-Technik

Xpert CMS Online Designer (VHS)

„Praxisorientierte Webtechnik von A bis Z: aktuelle Online-Techniken von der statischen Website bis zu Content Management Systemen"
Das modulare System des Lehrgangs „Xpert CMS Online Designer (VHS)" bietet dem Online-Technik-Interessierten eine fundierte Einarbeitung in die aktuellen Aspekte moderner Website-Technologien. Das Ziel ist der optimale professionelle Einsatz der verschiedenen Online-Design-Konzepte – von statischen Websites bis hin zu Content Management Systemen -basierend auf dynamischen serverseitigen Scriptsprachen und Datenbanken.
Der Lehrgang besteht aus zwei Basismodulen (als Pflichtmodule) und zwei Wahlmodulen, die optional gewählt werden können:

Basismodule
- Modul 1: Web-Seitenerstellung mit HTML und CSS – Seite 225
- Modul 2: Dynamische Webseiten mit PHP & MySQL – Seite 226

Wahlmodule
- Modul 3a: Web-Seitenerstellung mit CMS Joomla! – Seite 226
- Modul 3b: CMS TYPO3 installieren und einrichten – Seite 226

Das Zertifikat
Nach erfolgreicher Teilnahme an drei Modulen des „X-pert CMS Online Designer (VHS)" erhalten Teilnehmende das Gesamtzertifikat.
Prüfungsgebühr pro Modul 52 €

Modul für Xpert CMS Online Designer

Web-Seitenerstellung mit HTML/CSS – Grundstufe

In diesem Modul erlernen Teilnehmende die Planung, den Entwurf und die technisch perfekte Umsetzung klassischer statischer Webseiten. Der Einstieg in die Online-Techniken verlangt Kenntnisse der beiden Standards (X)HTML (Hypertext Markup Languages) und CSS (Cascading Styling Sheets). Eine gute statische Webseite wird durch die saubere, professionelle Anwendung dieser Standards bestimmt. Nur so erhält der Designer der Web-Präsentation eine optimale Umsetzung hinsichtlich Suchmaschinen-Optimierung, Barrierefreiheit und leichter Veränderbarkeit der Website.

Inhalte:
Wissen zu HTML und CSS:
- Seitenstrukturierung mit HTML
- Design mit CSS

Kenntnisse wie Seitelemente eingebaut und gestylt werden:
- Verweise (Hyperlinks)
- Grafikdateien (Bilder)
- Listen/Aufzählungen
- Tabellen
- Texte (Typografie)
- Formulare

Kenntnisse zu Entwicklungsumgebungen:
- Editoren
- Hosting und Publishing

Voraussetzung: Sichere EDV/Windows-Kenntnisse/Datenverwaltung
Abschlüsse: Ausführliche Bescheinigung und/oder einheitliche Prüfung der Europäischen Prüfungszentrale zum **Anwenderpass Xpert CMS Online Designer** (VHS).
Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

54070D8
Arndt Spicza
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 4 x 10 Ustd.
19./20. und 26./27. September
VHS, Büssingweg 9
108 € + 88 € Zusatzkosten

Modul für Xpert Online Designer (VHS)

Dynamische Webseiten mit PHP und MySQL

In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick, wie Sie ihre HTML-Webseiten mit Hilfe der Programmiersprache PHP dynamisch erzeugen können. Sie lernen, wie mit PHP Formulareingaben und Klicks von Benutzern gespeichert, verarbeitet und zu neuen Seiten zusammengestellt werden. Außerdem lernen Sie, wie HTML-Seiten aus den Daten in der Datenbank MySQL erzeugt werden.

Themenschwerpunkte:

- LAMP und WAMP als Server
- Serverkonfiguration für Entwicklungs- und Hosting-Umgebung
- PHP-Programmierung (Syntax, Beispiele)
- Objektorientierte Programmierung
- Formulare, Cookies, Sessions
- Datenbank MySQL (Client/Server)
- Datenbankentwurf (Normalformen)
- Praxisbeispiele PHP und MySQL (Gästebuch, einfaches CMS)
- Sicherheit, Backuptechnik Datenbank
- Backup von dynamischen Webprojekten

Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

Voraussetzungen: Grundlagen der Programmierung oder Erfahrung in einer prozeduralen Programmiersprache, Grundkenntnisse in HTML insbesondere über Formulare und Tabellen

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder einheitliche Prüfung der Europäischen Prüfungszentrale zum **Xpert CMS Online Designer** (VHS).

54071D8

Andreas Gregor
Freitag, 17 – 20.15 Uhr, 2 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 4 x 10 Ustd.
15./16./17. und 22./23./24. Januar 2016
VHS, Büssingweg 9
129,60 € + 99 € Zusatzkosten

Modul für Xpert Online Designer (VHS)

CMS TYPO3 installieren und einrichten

TYPO3 ist ein Open-Source-CMS der Enterprise-Klasse mit einem großen Marktanteil. Viele mittlere und große Webseiten werden heute mit TYPO3 realisiert und gepflegt. Sie lernen in diesem Kurs eine Webseite mit TYPO3 einzurichten. Dabei installieren Sie die benötigte Software auf einem Server und richten die Datenbank ein. Aus einer vorhandenen HTML-Vorlage erstellen Sie das benötigte TYPO3-Template und richten mit TypoScript Menüs und andere dynamische Bereiche ein.
TYPO3 kann mit Extensions um gewünschte Funktionen erweitert werden. Beispielhaft für die Installation und Konfiguration von Extensions werden Sie in diesem Kurs das News-Modul tt_news einrichten, die Ausgabe entsprechend dem Design anpassen und verschiedene Ansichten erstellen. Auch die Benutzerverwaltung wird Gegenstand sein.

Inhalte:

- Installation und Einrichtung einer TYPO3-Instanz
- Templating
- dynamische Inhalte (z. B. Menüs) mit TypoScript
- Extensions installieren und einrichten
- die Ausgabe anpassen (mit HTML und CSS)
- Benutzerverwaltung

Bemerkungen: TYPO3 kann kostenlos genutzt werden, für das Hosting im Internet fallen entsprechende Gebühren an.

Voraussetzungen: Grundwissen in HTML/CSS, sicherer Umgang mit dem Internet wünschenswert, Grundwissen in Serveradministration (Dateiverwaltung, Rechte)

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/oder einheitliche Prüfung der Europäischen Prüfungszentrale zum **Xpert CMS Online Designer** (VHS).

57X10D8

Arndt Spicza
Montag – Freitag, 8.30 – 16.30 Uhr, 5 x 8 Ustd.
23. – 27. November
VHS, Büssingweg 9
108 € + 92 € Zusatzkosten

Modul für Xpert Online Designer (VHS)

CMS-JOOMLA – Homepage erstellen für Anfänger

Ein Workshop für Kleinunternehmer und Privatleute, die ihre Homepage selbst erstellen wollen. Erfahren Sie, wie man mit dem kostenlosen JOOMLA! einen Firmenauftritt oder eine private Website erstellt. Lernen Sie, wie man Module und Templates einbinden und das Aussehen ohne tiefergehende Programmierkenntnisse ändern kann. 2 Wochen nach dem Workshop gibt es ein Open-Forum, in dem Probleme und Fragen aus der praktischen Umsetzung besprochen werden.

Inhalte:

- Basics: Wie funktioniert es: Internet, Provider, Webspace; Was brauche und wie plane ich meinen Webauftritt; Interaktion: Der Vorteil mit den Besuchern im Dialog zu sein.
- Rechtliches: Was ist ein Impressum und wer braucht es; Was darf ich und was nicht? Kostenloser Download, Freeware, GNU/GPL: Die Unterschiede!
- Webserver to go: Einrichtung eines „Webservers“ auf USB-Stick zum Erstellen und Testen des Webauftritts.
- JOOMLA!: Unterschied zwischen CMS und herkömmlicher Webseitengestaltung, Vorteile von Datenbanken und CSS, Installation.
- Erste Schritte: Grundkonfiguration, Module und Komponenten finden und installieren, Menue erstellen und Inhalte hinzufügen.
- Design: Das Standard-Template anpassen und fremde Templates einbinden, anpassen und eigene Grafiken zufügen, ETA-Tags, Keywords und Co, Suchmaschinenoptimierung und -marketing und warum Backlinks so wichtig sind.

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, **ein USB-Stick (mindestens 1 GB) muss mitgebracht werden.**

Literatur: Arbeitsmaterial der Europäischen Prüfungszentrale wird gestellt.

54076D8

Uwe Berger
Dienstag und Donnerstag, 18 – 21.15 Uhr, 9 x 4 Ustd.
3. November – 26. November
Open Forum: **10. Dezember**
VHS, Büssingweg 9
97,20 € + 82 € Zusatzkosten

JETZT ANMELDEN!

- mit den Anmeldeseiten, die Sie im hinteren Teil dieses Programms finden
- einfach formlos per Postkarte oder Brief an die VHS, Burgstraße 14, 30159 Hannover
- telefonisch unter 168-44783, per Fax: 168-41532
- sowie per E-Mail: info@vhs-hannover.de

www.vhs-hannover.de

SYSTEME, NETZWERKE, PROGRAMMIEREN

PC-Technik

In diesem Lehrgang erwerben Sie Kenntnisse, die Ihnen helfen, PCs nach Ihren Anforderungen zu konfigurieren und zu erweitern. So können Sie entweder beim Neukauf eines Komplett-PCs dessen Eigenschaften professionell einschätzen, oder sich sogar einen PC nach Maß selber zusammenstellen, bauen und aufrüsten.

Inhalte:

- Leistungsmerkmale eines PC-Systems, PC-Hardware auswählen, einbauen, konfigurieren und in Betrieb nehmen:
- Bauformen von PCs (PC-Gehäuse und Netzteile)
- Hauptplatinen und ihre Komponenten
- PC-Prozessoren, Speicher und deren Unterscheidungsmerkmale
- Grafikkarten, Monitore und deren Abstimmung
- Einsteckkarten, Bussysteme, Schnittstellen und Anschlusstechniken
- Ressourcen (I/O Ports, DMA, Interrupts)
- Festplatten, CD- und DVD-Laufwerke
- BIOS
- Bootvorgang, Konfiguration, Aktualisierung

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm. Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54080D8

Reimund Klein
Freitag, 17.30 – 20.45 Uhr, 2 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 9 – 16 Uhr, 4 x 8 Ustd.
9./10./11. und 16./17./18 Oktober
VHS, Büssingweg 9
108 € + 89 € Zusatzkosten

Netzwerk- und Internettechnik

Moderne Rechner sind heute in firmeninterne und weltweite Netzwerke eingebunden. Die Teilnehmer lernen die Hard- und Softwarekomponenten eines Netzwerks kennen und erhalten die Fähigkeit, die für das Arbeiten im Netzwerk und im Internet wichtige Software auf der Nutzerseite zu konfigurieren. Im Kurs werden ausführlich und praxisorientiert die entsprechenden Technologien erläutert und es wird anschaulich in alle notwendigen Theorien und Normen eingeführt.

Inhalte:

- Hardware für lokale Netzwerke und für den Zugang zum Internet (Topologien, Übertragungsmedien, Geräte)
- Protokolle lokaler Netzwerke (Zugriffsverfahren, Ethernet)
- Schichtenmodelle
- TCP/IP (IP-Adressierung, DHCD, Domain Name Service, TCP/IP-Protokolle)
- Netzwerkkopplung (Repeater/Hub, Bridge/Switch, Router, Gateway)
- Internetzugang
- Konfiguration von Internetanwendungen

Voraussetzungen: Gute Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54082D8

Reimund Klein
Samstag und Sonntag, 8.30 – 17 Uhr, 4 x 10 Ustd.
16./17. und 23./24. Januar 2016
Haus der VHS
108 € + 89 € Zusatzkosten

Virtualisierung – der PC im PC

Virtualisierung wird immer wichtiger seit die Risiken und Verschiedenheiten der Softwarearchitektur immer größer werden. Ein Betriebssystem, sei es Windows, Linux oder ein anderes System können unter einen „virtuellen Computer“ installiert werden, also ohne physischen Zugang zum eigentlichen Rechner. Diese Systeme oder Programme können nichts am PC verändern oder zerstören, da sie zwar wie ein eigenständiger Computer behandelt werden, aber in einem extra „Kasten“ laufen. So machen wir aus einem Rechner mehrere und da keines der Systeme den Rechner physisch erreicht, können auch keine Viren, Trojaner oder Schadprogramme den Computer schädigen. Die virtuellen Maschinen können auch nach Gebrauch wieder einfach gelöscht werden. Es wird VM-Ware im Kurs genutzt, andere freie Virtualisierungssoftware wird angeschaut.

Inhalte:

- Windows 8 unter einem Windows 7-System installieren und aus Windows 7 starten
- Windows unter Linux installieren oder umgekehrt
- Eine virtuelle Maschine also einen „gedachten“ Computer planen, designen und installieren
- Die Arbeit mit mehreren virtuellen Systemen
- Kommunikation in virtuellen Netzwerken

Voraussetzungen: Gute EDV Grundkenntnisse, Verständnis von Grundbegriffen wie Partitionen oder Betriebssystemen

54083D8

Bruno Wolf
Donnerstag, 18 – 21.15 Uhr, 4 x 4 Ustd.
5. November – 26. November
VHS, Büssingweg 9
56 € + 34 € Zusatzkosten

Wir sind angekommen!

DIE VHS – JETZT AN DER LEINE!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

INFO TEL. 168-45770, -45618

LINUX

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie ein Linux-System ganz ohne grafische Oberfläche auf der Kommandozeile verwalten - der typische Arbeitsalltag von Systemverwaltern in Firmennetzwerken.
Durch das Kombinieren mehrerer Kommandos lernen Sie, wie Sie nach Informationen über das System suchen und Fehler diagnostizieren.
Darüber hinaus lernen Sie, wie Sie Drucker im Netzwerk einrichten, Texte auf der Kommandozeile bearbeiten und wiederkehrende Aufgaben automatisieren. Sie lernen auch die Fern-Verwaltung eines Linux-Computers via SSH.

Inhalte:

- Technik, Grundlagen und Entwicklung
- Installation und Erstkonfiguration, Systemstart, Init, Services
- Dateisysteme, Systemverwaltung (Einrichtungs werkzeuge, Analyse und Logs, Software, Drucken, Prozesse)
- Benutzer- und Gruppenverwaltung
- Shell, Tools, Editoren
- Datensicherung

Voraussetzungen: Verständnis grundlegender PC-Konzepte wie Dateien, Prozesse, Betriebssystem, etc.
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung

54084D8
Thomas Schwieger
Freitag, 17.30 – 20.45 Uhr, 2 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 8.30 – 15.30 Uhr, 4 x 8 Ustd.
6./7./8. und 13./14./15 November
Haus der VHS
108 € + 89 € Zusatzkosten

Programmieren mit JAVA

Wer Programmieren will, kommt an Java kaum vorbei: Java ist eine etablierte, sehr weit verbreitete Programmiersprache.
Gerade für Programmieranfänger eignet sich Java sehr gut, um das objektorientierte Programmieren einfach zu erlernen, da Java vom Aufbau her nicht so fehleranfällig ist wie andere Sprachen und man relativ schnell zu sichtbaren Ergebnissen kommen kann.
Wer Programmieranfänger ist, oder nur Grundkenntnisse im Programmierumfeld besitzt, ist hier richtig aufgehoben.
Es werden die Grundlagen von Java unter die Lupe genommen, ohne allzu theoretisch zu werden. Schritt für Schritt wird der Java-Anfänger an die Sprache und an das Programmieren im Ganzen heran geführt. Wie ist Java von Innen aufgebaut, welchen Tool kann ich nutzen und wie starte ich ein Programm in der Konsole, werden erörtert und verständlich beigebracht.
Ziel ist es am Ende des Kurses als eigenständiger Programmieranfänger kleinere Java-Programme selber schreiben und die restlichen Java-Bereiche wie Apps, GUI etc. in Angriff nehmen zu können.

Inhalte:

- Was ist Java
- Eclipse installieren und benutzen
- Java in der DOS-Konsole
- Datentypen
- Kontrollstrukturen
- Arrays
- Schleifen
- Objektorientierte Programmierung
- Vererbung
- Exception
- Interfaces

Voraussetzungen: Gute Windows-Kenntnisse
Abschluss: Ausführliche Bescheinigung
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt.

54085D8
Ahmad Obeidi
Freitag, 17.30 – 20.45 Uhr, 2 x 4 Ustd.
Samstag und Sonntag, 9.30 – 16.30 Uhr, 4 x 8 Ustd.
30./31. Oktober und 1./6./7./8. November
VHS, Büssingweg 9
108 € + 89 € Zusatzkosten

Die VHS im Internet:
www.vhs-hannover.de

EDV – SMARTPHONE – MEDIEN KURSE FÜR ÄLTERE

EDV für Seniorinnen und Senioren, aber auch für alle, die gern in entspannter Atmosphäre lernen.

PERSÖNLICHE BERATUNG
Bernadette Hoffmann
ORT Zimmer 1.03
im Lernzentrum des Lindener Rathauses
SPRECHSTUNDE
Mittwoch + Freitag, 10 – 13 Uhr
E-MAIL bernadette.hoffmann@hannover-stadt.de

Smartphone und Tablet mit Android leichter verstehen

Sie haben sich ein Tablet-PC oder Smartphone zugelegt, doch die Bedienungsanleitung erklärt allenfalls den Einschaltknopf? In diesem Kurs wollen wir die verschiedenen Möglichkeiten eines Android-Geräts erkunden. Wir üben zielsicher die gewünschten Programme (Apps bzw. Widgets) und Funktionen zu finden und zu bedienen. Wir werden weitere Anwendungen über das Internet herunterladen und wieder löschen. Außerdem erfahren Sie, wie Sie das Gerät an Ihre Bedürfnisse anpassen, um leichter damit umgehen zu können. Der Kurs richtet sich besonders an diejenigen, die bisher wenig Erfahrungen mit Computern haben. Hinweis: Bitte bringen Sie Ihr Tablet oder Smartphone (aufgeladen) mit. Es werden nur Geräte mit dem Android-System behandelt.

54020H8
Holger Roselieb
Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 2 x 3 Ustd.
17. und 24. September
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

54028H8
Holger Roselieb
Dienstag, 9.30 – 12 Uhr, 2 x 3 Ustd.
26. Januar und 2. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Praktisches EDV-Basiswissen

In diesem Kurs erfahren aktive Ältere und Junggebliebene die Zusammenhänge im PC und lernen in praktischen Übungen, den Computer im Alltagsleben zu nutzen, z. B. einen Text zu erfassen oder Bilder anzuschauen. Die Begriffe des Computers werden Ihnen nicht mehr wie eine exotische Fremdsprache vorkommen. Wir erarbeiten die Handhabung von Maus und Tastatur genauso wie das Sichern und Wiederfinden eigener Daten. Sie haben in diesem Kurs viel Zeit zu üben und zu fragen. Schließlich bedienen Sie Ihren Computer angstfrei und mit Spaß.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt
Abschluss: Teilnahmebescheinigung

Windows 7
54021H8
Holger Roselieb
Montag, 9.30 – 12 Uhr, 7 x 3 Ustd.
14. September – 16. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
56,70 € + 41 € Zusatzkosten

Windows 8
54022H8
Holger Roselieb
Dienstag, 9.30 – 12 Uhr, 7 x 3 Ustd.
15. September – 17. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
56,70 € + 41 € Zusatzkosten

Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows 8

Sie können mit Maus und Tastatur umgehen, Dateien speichern und mit Fenstern umgehen - aber möchten auch Ordner anlegen, Dateien kopieren oder ein Programm installieren? In diesem Kurs werden vorhandene Kenntnisse geübt und mit vertiefenden Themen ergänzt. Als Grundlage dienen alltägliche Aufgaben, wie z. B. das Brennen einer CD/DVD, das Verwalten von Fotos einer Digitalkamera, das Sichern von Daten auf einen USB-Stick oder die persönliche Anpassung des Betriebssystems.
Voraussetzung: EDV-Basiswissen
Abschluss: Teilnahmebescheinigung

54024H8
Holger Roselieb
Dienstag, 9.30 – 12 Uhr, 4 x 3 Ustd.
24. November – 15. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32,40 € + 22 € Zusatzkosten

Windows 8 für Umsteiger

Wer bislang mit Windows XP, Vista oder Windows 7 gearbeitet hat, wird bei Windows 8 Altes und Neues entdecken. Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die einen neuen Computer gekauft haben oder vorab die Vor- und Nachteile von Windows 8 kennen lernen wollen.
Voraussetzung: EDV-Basiswissen

54023H8
Holger Roselieb
Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 2 x 3 Ustd.
1. und 8. Oktober
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 9,50 € Zusatzkosten

54032H8
Holger Roselieb
Dienstag, 9.30 – 12 Uhr, 2 x 3 Ustd.
12. und 19. Januar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 9,50 € Zusatzkosten

Schreiben und Gestalten mit Word

Briefe schreiben, Einladungskarten entwerfen, Aushänge machen, Tabellen erstellen – in diesem Kurs können Sie in entspannter Atmosphäre den Umgang mit dem Programm WORD 2010 kennen lernen.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt
Voraussetzung: EDV-Basiswissen
Abschluss: Teilnahmebescheinigung

54025H8
Holger Roselieb
Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 7 x 3 Ustd.
3. Dezember – 28. Januar
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
56,70 € + 42 € Zusatzkosten

Internet-Basiswissen und E-Mail

Sie haben schon Erfahrungen am PC und wollen via E-Mail Kontakte zu Verwandten und Freunden pflegen, im Internet einkaufen, Informationen zu Weltgeschehen, Hobbys, Reisen und vielen anderen Gebieten erhalten. Lassen Sie uns gemeinsam Schritt für Schritt den Weg in diese große farbige Welt des Internets gehen. Sie erfahren, was Sie dazu benötigen, wie Sie sich darin sicher bewegen, welche Möglichkeiten sich Ihnen auftun.
Literatur: Arbeitsmaterial wird gestellt
Voraussetzung: EDV-Basiswissen
Abschluss: Teilnahmebescheinigung

54027H8
Holger Roselieb
Montag, 9.30 – 12 Uhr, 7 x 3 Ustd.
23. November – 18. Januar
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
56,70 € + 41 € Zusatzkosten

eBay – Flohmarkt im Internet

Sie wollten immer schon wissen, wie Internet-Auktionshäuser funktionieren? In diesem Kurs erfahren Sie anhand praktischer Beispiele, wie Sie Waren bei eBay sicher kaufen oder erfolgreich verkaufen.
Kursinhalt: Voraussetzungen für das Mitbieten und Verkaufen, Suchmöglichkeiten, Tipps zum Finden von Schnäppchen, das Bewertungssystem, Erstellen eigener Auktionen, Bezahlmöglichkeiten, rechtliche Hinweise.
Voraussetzung: EDV-Basiswissen, Grundkenntnisse im Umgang mit dem Internet

54026H8
Holger Roselieb
Montag, 9.30 – 12 Uhr, 2 x 3 Ustd.
25. Januar und 1. Februar 2016
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 9,50 € Zusatzkosten

S.C.C. – Senioren Computer Club

Sie kennen sich am Computer bereits aus, sind aber noch unsicher mit dem Umgang und möchten weitere Möglichkeiten ausschöpfen. Wir werden in diesem Workshop individuelle Probleme des alltäglichen Lebens mit dem Computer behandeln und Ihnen bei einer Lösung behilflich sein. Wir werden gemeinsam an Texten, Bild oder Ton arbeiten, im Internet forschen, Termine oder E-Mails erstellen, eine CD brennen oder mit anderem Handwerkszeug des Computers üben. Zu Beginn sammeln wir Themen, die Ihnen unter den Nägeln brennen. Sie haben die Möglichkeit, sich gegenseitig zu beraten und zu unterstützen. Dabei bleibt genügend Raum für Ihre persönlichen Fragen.
Voraussetzung: EDV-Basiswissen mit Erfahrung

54030H8
Holger Roselieb
jeden Mittwoch, 9.30 – 12 Uhr, jeweils 3 Ustd.
ab 9. September (außer in den Ferien)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
36 €/Monat als Abbuchung

S. C. C. – Senioren Computer Club für Fortgeschrittene

Dieses Seminar richtet sich an diejenigen, die den S.C.C. kennen gelernt haben und mit neuen Themen weitermachen oder alte Themen vertiefen möchten.
Voraussetzung: Gute EDV-Grundkenntnisse

54031H8
Holger Roselieb
jeden Freitag, 9.30 – 12 Uhr, jeweils 3 Ustd.
ab 4. September (außer in den Ferien)
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
36 €/Monat als Abbuchung

Fotos nachbearbeiten mit Gimp

Es müssen nicht immer teure Bildbearbeitungsprogramme sein, um Fotos nachträglich zu bearbeiten. Eine kostenlose Alternative für einen Einstieg ist das Programm Gimp. In diesem Kurs werden wir Fotos vom Scanner oder Kamera auf den PC übertragen und mit Gimp nach Ihren Vorstellungen verändern. Neben Grundlagen wie Drehen, Beschneiden, Farbkorrekturen usw. werden auch Möglichkeiten der Retusche mit mehreren Ebenen ausprobiert. Die Endergebnisse werden gedruckt und per E-Mail verschickt.
Gern können Sie eine Kamera (Übertragungskabel nicht vergessen) mitbringen.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows

54029H8
Holger Roselieb
Donnerstag, 9.30 – 12 Uhr, 4 x 3 Ustd.
5. – 26. November
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
32,40 € + 19 € Zusatzkosten

Medien- und TechniklotsInnen Hannover (MuTH)

Eine Fortbildung in Kooperation mit dem Kommunalen Seniorenservice und der Stadtbibliothek Hannover für medien- und technikaffine Menschen, die SeniorInnen im häuslichen Umfeld oder anderen Einsatzorten beim Erlernen des Umgangs mit neuen Technologien ehrenamtlich begleiten und unterstützen möchten.
Nähere Informationen finden Sie im Bereich **2 – KURSE FÜR ÄLTERE** auf Seite 35.
Lassen Sie sich auch gern am Telefon oder persönlich beraten. Tel. 168-49421

Die VHS im Internet:
www.vhs-hannover.de

VHS-LERNZENTRUM LINDEN

ANGEBOTE FÜR TEILNEHMERINNEN

Im VHS-Lernzentrum Linden der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover (VHS) am Standort Lindener Markt steht das online-gestützte Lernen im Vordergrund.

Für TeilnehmerInnen bieten wir über unsere Lernplattform hochwertige Lernprogramme aus den Bereichen Sprachen und EDV an. Dies funktioniert wann und wo immer Sie wollen – Sie brauchen lediglich einen Computer mit Internetzugang und eventuell ein Headset. In unserem geräumigen Lernzentrum im 1. OG des Lindener Rathaus stehen Ihnen während unserer Öffnungszeiten hierfür 19 PC-Arbeitsplätze mit Headsets und WebCams zur Verfügung.

Unsere LernbegleiterInnen beraten Sie gerne bei der Auswahl geeigneter Lernprogramme und bieten Ihnen bei Interesse auch eine individuelle Einführung in den Umgang mit der Technik an. Neben den Lernprogrammen bieten wir auch niedrigschwellige EDV-Kurse an.

Nähere Informationen zu unseren konkreten Angeboten sowie Preisinformationen erhalten Sie auf unserer Website *www.vhs-hannover.de/lernzentrum/teilnehmerInnen*

Sie haben Wünsche und Anregungen für weitere Kurse oder Lernprogramme? Dann wenden Sie sich doch einfach an uns!

ANGEBOTE FÜR KURSLEITERINNEN

Für KursleiterInnen finden im VHS-Lernzentrum Linden diverse Schulungen und Workshops zu neuen Bildungstechnologien wie Moodle, Interactive Whiteboards, digitalen Lehrwerken, Webinaren und weiteren Themen statt.

Alle Angebote sind für Kursleitungen der VHS Hannover kostenlos. Einige unserer Kurse sind auch für externe KursleiterInnen geöffnet. Die Preise für Externe sowie weitere Informationen zu diesen Angeboten können Sie unserer Broschüre „Fortbildungen für KursleiterInnen“ entnehmen. Diese liegt in den Geschäftsstellen der VHS Hannover aus.

Neben unseren Fortbildungen beraten wir Sie gerne auch individuell zur konkreten Entwicklung und Umsetzung Ihrer Kursideen unter Verwendung neuer Bildungstechnologien. Bitte vereinbaren Sie nach Rücksprache mit Ihrer Programmbereichsleitung hierzu einen Termin mit uns.

Alle Informationen zu unseren Angeboten für KursleiterInnen und MitarbeiterInnen sowie die Broschüre erhalten Sie auch unter *www.vhs-hannover.de/lernzentrum/kursleiterinnen*

INFORMATION
TEL 168-49682
E-MAIL vhs-lernzentrum@hannover-stadt.de
ORT Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1, 1. OG, Raum 1.01

Das Lernzentrum im Bildungszentrum Lindener Rathaus wird mit Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung gefördert.

Europa fördert Niedersachsen
EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung

ANSPRECHPARTNERINNEN

FÜR VHS DIALOG UND VHS INTERNATIONAL
Janine Gunzenheimer
TEL 168-49420
E-MAIL *janine.gunzenheimer@hannover-stadt.de*

FÜR VHS AKTIV UND VHS SCHULE & BERUF
Svenia Knüttel
TEL 168-49421
E-MAIL *svenia.knuettel@hannover-stadt.de*

Offene Lerngruppe „Digitale Welt“

Sie haben entweder noch gar keine oder nur wenig Erfahrung mit Computern und dem Internet sammeln können? Dann nehmen Sie doch einfach an der offenen Lerngruppe „Digitale Welt“ teil. Diese findet einmal im Monat samstags von 10.30 – 12 Uhr im VHS-Lernzentrum Linden statt. Hier erhalten Sie von den Mitarbeiterinnen nicht nur kleine Impulsvorträge, Übungen und Anregungen, sondern diese stehen Ihnen auch für Fragen zur Verfügung. Außerdem können Sie sich in diesem Rahmen mit Gleichgesinnten austauschen. Die Themen variieren von Termin zu Termin und werden vorher mit den TeilnehmerInnen abgesprochen.
Die Lerngruppe ist ein Zusatzangebot zum Monatsabonnement und in diesem Rahmen entgeltfrei.
Sie entscheiden, zu welchem Termin Sie kommen möchten, aber wir bitten Sie um Voranmeldung per Telefon (Tel. 168-49420) oder E-Mail (*vhs-lernzentrum@hannover-stadt.de*).
Wir freuen uns auf Sie!

54700H8
Janine Gunzenheimer
Samstag, 10.30 – 12 Uhr
1. August
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

54701H8
Janine Gunzenheimer
Samstag, 10.30 – 12 Uhr
5. September
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

54702H8
Janine Gunzenheimer
Samstag, 10.30 – 12 Uhr
10. Oktober
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

54703H8
Janine Gunzenheimer
Samstag, 10.30 – 12 Uhr
7. November
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

54704H8
Janine Gunzenheimer
Samstag, 10.30 – 12 Uhr
5. Dezember
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1

Einstieg in den Umgang mit Maus und Tastatur

Dieser Kurs richtet sich an alle, die entweder noch gar nicht den Umgang mit Maus und Tastatur gelernt haben oder sich noch nicht allzu sicher dabei fühlen. Hier lernen Sie was den Linksklick von dem Rechtsklick unterscheidet, wie man „scrollt“ und was sich hinter Tasten wie „ESC“ und „STRG“ verbirgt.

54710H8
Holger Roselieb
Montag, 12.30 – 14 Uhr
10. Oktober
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
5,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

54711H8
Holger Roselieb
Montag, 12.30 – 14 Uhr
2. November
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
5,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

54712H8
Holger Roselieb
Montag, 12.30 – 14 Uhr
7. Dezember
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
5,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

54713H8
Holger Roselieb
Montag, 12.30 – 14 Uhr
11. Januar 2016
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
5,40 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ein Tablet unterm Weihnachtsbaum – und nun?

Ihre Lieben haben Ihnen zu Weihnachten ein Tablet geschenkt. Doch leider liegt diesem keine Bedienungsanleitung bei – dabei würden Sie gerne den Umgang damit erlernen? Kein Problem!
In diesem Kurs nehmen wir uns einen ganzen Tag lang Zeit, Ihr neues Tablet einzurichten und uns mit ihm vertraut zu machen.
Bitte überlegen Sie sich vor Beginn des Kurses, was Sie gern mit dem Gerät machen möchten, damit wir es gemeinsam mit Ihnen an Ihre Bedürfnisse anpassen können.
Für die Schenkenden eignet sich dieser Kurs auch als Geschenk-Beigabe. →

54707H8
Holger Roselieb
Samstag, 13.30 – 18 Uhr
9. Januar 2016
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Ein Laptop unterm Weihnachtsbaum – und nun?

Ihre Lieben haben Ihnen zu Weihnachten einen tragbaren Computer geschenkt. Doch leider liegt dem Laptop keine Bedienungsanleitung bei – dabei würden Sie gerne den Umgang damit erlernen? Kein Problem!
In diesem Kurs nehmen wir uns einen ganzen Tag lang Zeit, Ihren neuen Laptop einzurichten und uns mit ihm vertraut zu machen. Bitte überlegen Sie sich vor Beginn des Kurses, was Sie gern mit dem Gerät machen möchten, damit wir gemeinsam mit Ihnen Ihren Computer an Ihre Bedürfnisse anpassen können.
Für die Schenkenden eignet sich dieser Kurs auch als Geschenk-Beigabe zum Laptop oder Notebook.

54708H8
Holger Roselieb
Samstag, 10 – 14.30 Uhr
23. Januar 2016
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
16,20 € + 3,50 € Bearbeitungsentgelt

Medien- und TechniklotsInnen Hannover (MuTH)

Eine Fortbildung in Kooperation mit dem Kommunalen Seniorenservice und der Stadtbibliothek Hannover für medien- und technikaffine Menschen, die SeniorInnen im häuslichen Umfeld oder anderen Einsatzorten beim Erlernen des Umgangs mit neuen Technologien ehrenamtlich begleiten und unterstützen möchten.
Nähere Informationen finden Sie im Bereich **KURSE FÜR ÄLTERE** auf Seite 35.
Lassen Sie sich auch gern am Telefon oder persönlich beraten. Tel. 168-49421

ZWEITER BILDUNGSWEG

SCHULE FÜR ERWACHSENE 234

GRUNDBILDUNG 236

OFFENE HOCHSCHULE NIEDERSACHSEN 236

9

Foto: © Adrian Hengstmann • Talentcampus Herbst 2014

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
N. N./Michael Wehner

SPRECHZEITEN
N. N.: Montag, 12 – 14 Uhr
TEL 168-45937
ORT Haus der VHS, Raum E 04
E-MAIL N. N.
Michael Wehner: Donnerstag, 16 – 18 Uhr
TEL 168-45937
ORT Haus der VHS, Raum E 04
E-MAIL michael.wehner@hannover-stadt.de

SACHBEARBEITUNG Elisabeth Bannert
TEL 168-44773
ORT Haus der VHS, Raum E 03
E-MAIL elisabeth.bannert@hannover-stadt.de

SCHULE FÜR ERWACHSENE

Mit dem richtigen Abschluss zum Ziel

Weiterlernen in der „Schule für Erwachsene“, dem Zweiten Bildungsweg der Ada-und-Theodor-Lessing Volkshochschule Hannover.
Seit den Sechzigerjahren bieten wir ein außerschulisches Angebot für Jugendliche und Erwachsene, die einen Schulabschluss verpasst haben oder sich allgemein weiterbilden wollen.

Die „Schule für Erwachsene“ eröffnet dabei die Möglichkeit, sich in ein bis zwei Jahren auf die staatlichen Abschlussprüfungen zum nachträglichen Erwerb der Abschlüsse des Sekundarbereichs I in Niedersachsen vorzubereiten.

Folgende Abschlüsse können erreicht werden:

- **Hauptschulabschluss**
- **Sekundarabschluss I – Hauptschulabschluss**
- **Sekundarabschluss I – Realschulabschluss**
- **Erweiterter Sekundarabschluss I**

Bitte bewerben Sie sich schriftlich für Ihr konkretes Abschlussziel!

Nach Eingang Ihrer Bewerbungsunterlagen erhalten Sie von uns eine schriftliche Rückmeldung .

Die staatlichen Abschlussprüfungen orientieren zum einen an den rechtlichen Vorgaben (Bildungsstandards, Kerncurricula des Landes Niedersachsen sowie Prüfungsanforderungen), zum anderen an den Zielen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Dabei werden die Lebens- und Arbeitsbedingungen, aber auch die bisherigen Lernerfahrungen der Teilnehmenden berücksichtigt.

Über die prüfungsrelevanten Inhalte hinaus legen wir im Zweiten Bildungsweg auch Wert auf die Förderung von Schlüsselqualifikationen wie Handlungs-, Methoden- und Sozialkompetenz.

Dazu bieten wir Projekttage bzw. Projektwochen, Arbeitsgemeinschaften in den Bereichen Kunst, Musik und Sport sowie die Vorbereitung auf den europäischen Computerführerschein ECDL an.

Leitziel
ist die berufliche Integration der Teilnehmenden. Deshalb unterstützen wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch verschiedene Angebote der Berufsorientierung, ihren beruflichen und persönlichen Zielen ein Stück näher zu kommen.

Allgemeine Teilnahmevoraussetzungen
- Mindestalter 16 Jahre
- die Schulpflicht des Landes Niedersachsen muss erfüllt sein
- erweiterte Grundkenntnisse in der deutschen Sprache

Besondere Voraussetzungen
für die Kurse, die zum Realschulabschluss führen
- Sekundarabschluss I – Hauptschulabschluss, also eine tragfähige Grundbildung in Deutsch, Mathematik und Naturwissenschaften
- erweiterte Grundkenntnisse in Englisch (B1) sind vorhanden
- Interessentinnen und Interessenten, die Deutsch nicht als Muttersprache haben, müssen sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift nachweisen (Kenntnisstand: B2)

Kursziel
Die Kurse enden mit schriftlichen und mündlichen Abschlussprüfungen, die vor Prüfungsausschüssen der Landesschulbehörde Niedersachsen abgelegt werden.
Am Ende des 2. Semesters finden Prüfungen zum Sekundarabschluss I – Hauptschulabschluss statt.
Am Ende des 4. Semesters finden Prüfungen zum Sekundarabschluss I – Realschulabschluss/ Erweiterten Sekundarabschluss 1 statt.

Projekt
CHEARS – Europe Citizen: Healthy, Employable And ReSponsible

Im Rahmen des Netzwerks E2C-School (Schule der zweiten Chance) ist die SfE an dem Projekt Chears beteiligt. Das Projekt legt den

Schwerpunkt auf die Teilhabe an europäischer Bürgerschaft. Zudem sollen die Arbeitsfähigkeit und das gesunde Verhalten von sozial benachteiligten jungen Erwachsenen (z. B. arbeitslose, ohne schulischen oder beruflichen Abschluss, mit Migrationshintergrund sowie Menschen mit Beeinträchtigungen) positiv unterstützt werden.

Während der Projektlaufzeit von zwei Jahren (März 2014 bis März 2016) finden zwei Lehrerfortbildungen und der Youth Summit 2015 statt. Der Projektkoordinator ist das Weiterbildungskolleg Mönchengladbach; weitere Partner sind neben der Volkshochschule Hannover die E2C-Schools aus Portugal (Matosinhos), Spanien (Gijon), Dänemark (Kopenhagen), Schweden (Norrkoeping) und Polen (Gdansk).
Auf dem letzten Planungstreffen im März fanden u. a. Vorbereitungen für den Youth Summit und die Lehrerfortbildung 2015 statt.
Während des Youth Summit werden die Schüler verschiedene Workshops zu den Themen Gesundheit, Sport sowie zur Möglichkeit der Teilhabe an europäischem Leben (z. B. Politik, Arbeitswelt) besuchen.
Die Lehrerfortbildung beinhaltet das Thema: Vorbereitung junger Erwachsener auf den (europäischen) Arbeitsmarkt

Nähere Informationen:
Edith Altebäumer, Tel. (0511) 168-41614
E-Mail: *edith.altebaeumer@hannovert-stadt.de*
Ute Roesler, E-Mail: *roesler.ute@t-online.de*

https://www.facebook.com/E2CEurope

European Association for Cities, Institutions and Second Chance Schools

Lifelong Learning Programme

Unterrichtsfächer
Deutsch, Englisch, Mathematik, Biologie, Erdkunde, Geschichte, Physik, Politik und Wirtschaft

Kursbeginn und Dauer
Die Kurse beginnen jeweils nach den Sommer- und Weihnachtsferien. Je nach Abschlussziel und den individuellen Voraussetzungen beträgt die Dauer in der Regel ein bis zwei Jahre.

Kosten
Die Gebühren betragen im 1. und 2. Semester jeweils 47 €.
Die Gebühren betragen im 3. und 4. Semester monatlich 60 €, darüber hinaus halbjährlich 20 € Materialgeld und eine einmalige Bearbeitungsgebühr in Höhe von 14 €.
Das monatliche Kursentgelt kann entsprechend der Entgeltordnung der Ada-und-Theodor-Lessing Volkshochschule Hannover ermäßigt oder ganz erlassen werden.

Bewerbung/Anmeldung
Bitte schicken Sie eine schriftliche Bewerbung mit einem Lebenslauf und einer Kopie Ihres letzten Zeugnisses der allgemein bildenden Schulen an die Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover, Burgstraße 14, 30159 Hannover, z. Hd. Frau Bannert.
Nächster Beginn: Januar 2016
Bewerbungsschluss: 16. Oktober 2015
Informationen erteilt Frau Bannert unter Tel. 168 44773. Ein Merkblatt für Interessentinnen und Interessenten ist bei ihr erhältlich.

Beratung
Interessentinnen und Interessenten haben (außerhalb der Schulferien) die Möglichkeit, sich während der o. g. Sprechzeiten im Haus der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover persönlich beraten zu lassen.
Nach telefonischer Vereinbarung sind auch andere Termine möglich!

VORMITTAGSKURSE DER SFE
Unterrichtszeit: Montag – Freitag, 8.30 – 14 Uhr

1. Semester SfE Kursbeginn: 7. September
Kursziel: Haupt-/Realschulabschluss

11102B3
Alemannstraße

11103B3
Grundschule auf dem Loh

11104B3
Gemeinschaftshaus Roderbruch

11107B3
Grundschule auf dem Loh

11108B3
Büssingweg

11109B3
Kulturhaus Hainholz

2. Semester SfE Kursbeginn: 3./7. September
Kursziel: Haupt-/Realschulabschluss

11151B3
Kulturtreff Vahrenheide (Frauenkurs)

11152B3
Kulturhaus Hainholz

11154B3
Büssingweg

11157B3
Kulturhaus Hainholz

11158B3
Kulturhaus Hainholz

3. Semester SfE Kursbeginn: 7. September
Kursziel: Realschulabschluss

11205B3

11208B3

11209B3

Alle Kurse im Kulturhaus Hainholz

4. Semester SfE Kursbeginn: 3. September
Kursziel: Realschulabschluss

11256B3

11257B3

11258B3

Alle Kurse im Kulturhaus Hainholz

NACHMITTAGSKURSE DER SFE
Unterrichtszeit: Montag – Freitag, 16 – 20 Uhr

1. Semester SfE Kursbeginn: 7. September
Kursziel: Hauptschulabschluss

11110B3
Grundschule Auf dem Loh

2. Semester SfE Kursbeginn: 3. September
Kursziel: Hauptschulabschluss

11160B3
Grundschule Auf dem Loh

ABENDREALSCHULE
Unterrichtszeit: Montag – Freitag, 17.30 – 21.30 Uhr

1. Semester Kursbeginn: 7. September
11225B3

2. Semester Kursbeginn: 3. September
11270B3

3. Semester Kursbeginn: 3. September
11220B3

4. Semester Kursbeginn: 3. September
11275B3

Alle Kurse im Kulturhaus Hainholz

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
N. N.
SPRECHZEIT Montag, 12 – 14 Uhr oder nach Vereinbarung
TEL 168-45937
ORT Haus der VHS, Raum E 04
E-MAIL N. N.

SACHBEARBEITUNG
Elisabeth Bannert **TEL** 168-44773
ORT Haus der VHS, Raum E 03
E-MAIL elisabeth.bannert@hannover-stadt.de

GRUNDBILDUNG

Grundkurse

Für TeilnehmerInnen, die Sprach- oder Rechtschreibprobleme haben oder für die eine schulische Auffrischung notwendig ist, bieten wir Grundkurse an.
In den Grundkursen werden vor allem die Fächer Deutsch und Mathematik unterrichtet, daneben werden aber auch Themen aus der Geschichte, der Biologie, der Erdkunde usw. bearbeitet.
Bei der Unterrichtsgestaltung werden die kognitiven und kreativen Fähigkeiten der Teilnehmenden mit berücksichtigt.

79022I3
Beginn: **11. Januar und 8. August 2016**
Standort Büssingweg 9
Unterrichtszeit: Montag – Donnerstag, 8.30 – 11.45 Uhr
Kursleiter: Dirk von der Heide, Tel. 168-40090
Beratung: Donnerstag, 12 – 13 Uhr
Standort Büssingweg 9

79024I3
Beginn: **11. Januar und 8. August 2016**
Grundschule Auf dem Loh, Auf dem Loh 33
Unterrichtszeit: Montag – Donnerstag, 16 – 19 Uhr
Studienleiter: Ulrich Kluge, Tel. 168-47673
Beratung: Montag und Donnerstag, 17 – 18 Uhr in der Grundschule Auf dem Loh

Grundkurs für Frauen

in Kooperation mit dem Familienzentrum Gronostraße

79026I3
Beginn: **11. Januar und 8. August 2016**
Familienzentrum Gronostraße, Gronostr. 9
Unterrichtszeit:
Montag – Donnerstag, 9 – 12 Uhr
Studienleiterin: Hannelore Pobanz
Beratung: nach telefonischer Vereinbarung über Tel. 168-44773

Gebühren für alle Kurse:
27 € Mindestentgelt + 20 € Materialgeld + 7 € Bearbeitungsentgelt

Alphabetisierungskurse siehe Seite 27

Die VHS im Internet:
www.vhs-hannover.de

LEITUNG DES PROGRAMMBEREICHS
Joachim Melcher
TEL 300 33 889
ORT Üstra Kundenzentrum (1.OG), Karmarschstr. 30/32
E-MAIL joachim.melcher@hannover-stadt.de

OFFENE HOCHSCHULE NIEDERSACHSEN

Offene Hochschule Niedersachsen

Die offene Hochschule Niedersachsen ist ein von allen entscheidenden Akteuren getragenes gesellschaftspolitisches Vorhaben. Zweck dieses Vorhabens ist die Öffnung der niedersächsischen Hochschulen für neue Zielgruppen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt hierbei auf der Gruppe der beruflich Qualifizierten. Dazu zählen unter anderem

- Berufstätige, die eine Hochschulzugangsberechtigung besitzen (bspw. das Abitur), aber noch keine akademische Ausbildung begonnen haben,
- Meister, staatl. geprüfte Techniker und Betriebswirte, so wie Absolventen eines anerkannten Fortbildungsabschlusses (§ 53 und § 54 des Berufsbildungsgesetzes, § 42 und § 42a der Handwerksordnung), die durch ihre berufliche Qualifikation eine allgemeine Hochschulzugangsberechtigung besitzen, sowie
- Die Gruppe der sogenannten 3+3er, also der vielen Menschen in Niedersachsen, die durch eine anerkannte dreijährige Berufsausbildung, sowie mindestens drei Jahre Berufserfahrung seit der letzten Novelle des Hochschulgesetzes im Jahr 2010, im Besitz einer fachgebundenen Hochschulzugangsberechtigung sind.
- Studieninteressierte mit und ohne Abitur sind an der Offenen Hochschule Niedersachsen herzlich willkommen.

Mit der Öffnung der Hochschule für neue Zielgruppen soll unter anderem dem wachsenden Fachkräftemangel begegnet werden, der sich durch den demographischen Wandel noch einmal verschärft.
Die beruflich Qualifizierten sind ein großes und noch nicht ausreichend genutztes Potential für die akademisch ausgebildeten Fach- und Führungskräfte von morgen.

Die Volkshochschule Hannover bietet mit seinen Kooperationspartnern Bildungswerk Verdi und Fernuniversität Hagen Kurse zur Vorbereitung auf ein Universitätsstudium an.

Aktuelle Informationen dazu und zu Fragen der Hochschulzugangsberechtigung durch Prüfung (Immaturenprüfung) erhalten Sie unter Tel (0511) 300 33 899 oder im Internet.

FernUniversität in Hagen

Auffrischungskurs Mathematik

Wir bieten in Kooperation mit dem Regionalzentrum Hannover der FernUniversität in Hagen einen Mathematikauffrischungskurs an, der der Unterstützung eines Universitätsstudiums dienen soll und der in folgenden Arbeitsformen abgehalten wird: Präsenzkurs, Übungen, eigenständiges Lösen von Aufgaben, Skript, Literatur.
Ziel ist die Wiederholung der Begriffe und Formalismen der Schulmathematik: Zahlen und Rechenoperationen; mathematische Zeichen, Formeln und Texte, Bruchrechnung, Potenzen, Termumformungen und Binomische Formeln, Lineare und Quadratische Gleichungen und Funktionen, Logarithmen und Logarithmusgleichungen, Wurzeln und Wurzelgleichungen, Kombinatorik, Einführung in die Differentialrechnung und Integralrechnung, Geometrie in der Ebene, Trigonometrische Funktionen und Gleichungen, Geometrie im Raum (Vektorrechung), Lineare Gleichungssysteme und Matrizen.

51805A3

Daria Bezous
Samstag, 10 – 14 Uhr, 8 x 5 Ustd.
10. Oktober – 12. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
134 € + 7 € Bearbeitungsentgelt,
ermäßigt 67 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

FernUniversität in Hagen

Grundkurs Statistik

Auffrischungskurs in Kooperation mit dem Regionalzentrum Hannover der FernUniversität Hagen, offen auch für SchülerInnen und StudentenInnen. Wiederholung der Begriffe und Formeln der Statistik und der Grundlagen der Wahrscheinlichkeitstheorie: Merkmal, Grundgesamtheit, Stichprobe, Häufigkeitsverteilung, Streuungsmaß, Zufallsvariable, Schätzungsfunktion, Punktschätzung, Konfidenzintervalle, Hypothesentest.

51806A3

Thomas Swiridjuk
Freitag, 17.45 – 21 Uhr, 6 x 4 Ustd.
6. November- 11. Dezember
Lindener Rathaus, Lindener Marktplatz 1
80 € + 7 € Bearbeitungsentgelt,
ermäßigt 40 € + 7 € Bearbeitungsentgelt

Studenten der Fernuniversität erhalten bei Nachweis 50 % Ermäßigung! Das Bearbeitungsentgelt wird nicht ermäßigt.

Wir sind angekommen!

DIE VHS – JETZT AN DER LEINE!

Unsere neue Adresse:
Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule • Burgstraße 14 • 30159 Hannover

Studieren, wo es am schönsten ist:
zeitlich flexibel weiterbilden – neben Beruf, Ausbildung oder Familie.

Studieren, wo Sie effizienter lernen:
langjährige Erfahrung und modernste Studienkonzepte.

Studieren, wo es für Sie günstiger ist:
keine pauschalen Studienbeiträge.

Studieren, wo es Ihnen mehr bringt:
hohe Akzeptanz bei Arbeitgebern.

FernUniversität in Hagen

Die FernUniversität in Hannover:

FernUniversität in Hagen
Regionalzentrum Hannover
Expo Plaza Forum
Expo Plaza 11
30539 Hannover

Telefon: +49 511 897 142 73

Öffnungszeiten
Montag - Freitag: 16:00 - 19:00 Uhr
Samstag: 10:00 - 13:00 Uhr

www.fernuni-hagen.de/hannover

FernUniversität in Hagen

Berufsbegleitend studieren – Das Studium an der FernUniversität in Hagen

Das Studium an der FernUniversität in Hagen bietet vielseitige und flexible Studiermöglichkeiten, die individuell an Ihren Lebensalltag angepasst werden können. Somit ist es auch für beruflich oder familiär eingebundene Studieninteressierte möglich, eine akademische Ausbildung zu absolvieren. Die FernUniversität in Hagen ist die einzige staatliche FernUniversität im deutschsprachigen Raum, die den Erwerb von staatlichen Bachelor- oder Masterabschlüssen im Fernstudium ermöglicht. Das breit gefächerte Studienangebot der Wirtschaftswissenschaften, Rechtswissenschaften, Kultur- und Sozialwissenschaften sowie der Mathematik und Informatik lädt dazu ein, sein persönliches Wissen zu erweitern und sich für die beruflichen Anforderungen zu qualifizieren.
Ein Zugang zu dem Studium ist durch den Nachweis beruflicher Qualifikationen auch ohne Abitur möglich.
In diesem Vortrag informieren wir Sie über:

- das Angebot an Studiengängen,
- den Ablauf eines Fernstudiums,
- Zugangsvoraussetzungen.

050ACX3
Gerrit Seeba
Donnerstag, 18 – 19 Uhr
24. November
Haus der VHS
entgeltfrei

FernUniversität in Hagen

Universitätsstudium für beruflich Qualifizierte

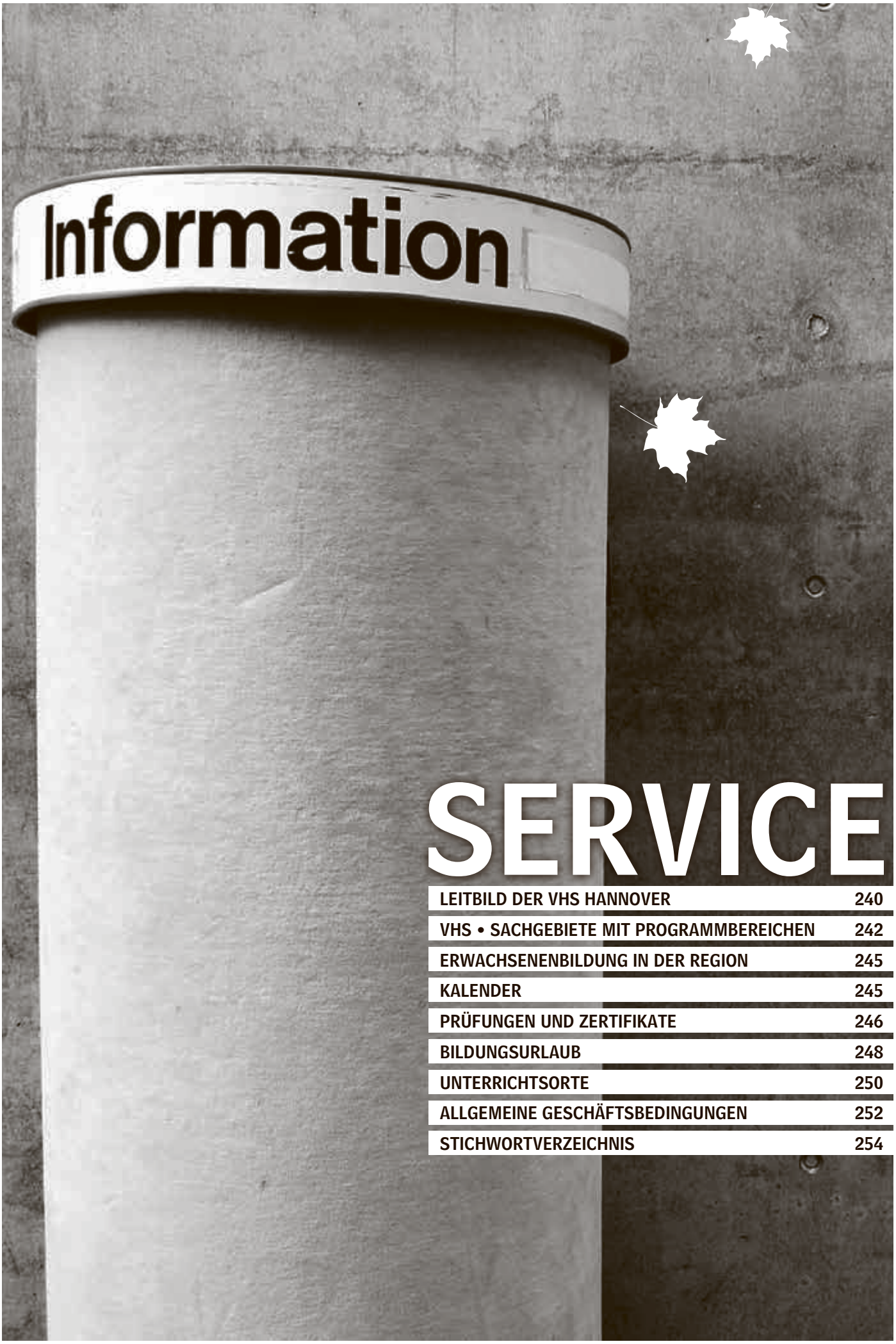
Viele Menschen sind der Meinung, dass man ohne Abitur an einer staatlichen Hochschule nicht studieren kann. Diese Aussage ist nicht richtig. Auch mit einer beruflichen Qualifikation ist es möglich, das Studium an der FernUniversität in Hagen zu beginnen… und erfolgreich zu absolvieren.

- **MeisterInnen und vergleichbar Qualifizierte** (z. B. IHK-FachwirtInnen, staatlich geprüfte TechnikerInnen) können unmittelbar jeden Bachelorstudiengang an der FernUniversität aufnehmen
- **Beruflich Qualifizierte mit Praxis im Ausbildungsberuf** können unmittelbar den fachlich entsprechenden Bachelorstudiengang an der Fern- Universität aufnehmen. So kann beispielsweise ein Bankkaufmann mit Berufserfahrung den Bachelorstudiengang Wirtschaftswissenschaft studieren
- **Beruflich Qualifizierte mit Praxis außerhalb des Ausbildungsberufs** können den Hochschulzugang für ihren Bachelorstudiengang über ein Probestudium oder eine Zugangsprüfung erlangen.

In einem informativen Vortrag zeigen wir Ihnen die unterschiedlichen Möglichkeiten des Zugangs zu einem Studium an der FernUniversität in Hagen auf und geben Ihnen einen Überblick über die verschiedenen Studiengänge.

051CAX3
Gerrit Seeba
Donnerstag, 18 – 19 Uhr
19. Januar 2016
Haus der VHS
entgeltfrei

TIPP
Durch eine rechtzeitige Anmeldung tragen Sie dazu bei, dass Ihr gewünschter Kurs auch zustande kommt!



SERVICE

LEITBILD DER VHS HANNOVER	240
VHS • SACHGEBIETE MIT PROGRAMMBEREICHEN	242
ERWACHSENENBILDUNG IN DER REGION	245
KALENDER	245
PRÜFUNGEN UND ZERTIFIKATE	246
BILDUNGSURLAUB	248
UNTERRICHTSORTE	250
ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN	252
STICHWORTVERZEICHNIS	254

Foto: © Allzweckjack/photocase.com

LEITBILD DER VOLKSHOCHSCHULE HANNOVER

Unser Selbstverständnis
Wir sind die öffentliche Weiterbildungseinrichtung der Landeshauptstadt Hannover. Wir definieren unsere Arbeit aus der humanistischen Tradition der Aufklärung und der inhaltlichen, sozialen sowie regionalen Erreichbarkeit unserer Bildungsangebote und verstehen in diesem Sinne unseren öffentlichen Bildungsauftrag.

Zugleich wissen wir uns der Tradition Theodor und Ada Lessings verpflichtet, die mit der Gründung der Volkshochschule 1919 deren Arbeit unter den Leitgedanken stellten: „Wissen ist Macht, Wissen macht frei, Bildung ist Schönheit".

Wir setzen uns ein für die Achtung der Menschenwürde, für Offenheit, Dialog und Chancengleichheit.

Unsere Angebote dienen der gesellschaftlichen und individuellen Emanzipation der Teilnehmenden, der sozialen Gerechtigkeit und der Solidarität sowie dem pfleglichen Umgang mit unserer Umwelt. Sie sind auf lebensbegleitendes Lernen ausgerichtet.
Damit nehmen wir die Bedürfnisse aller Bürgerinnen und Bürger der Landeshauptstadt Hannover auf und berücksichtigen dabei auch die Interessen und Lebensbedingungen von sozial benachteiligten und lernungewohnten Menschen.

Zu unseren Kundinnen bzw. Kunden zählen jedoch nicht nur Einzelpersonen: Für Betriebe und Behörden, Verbände und Vereine führen wir maßgeschneiderte Bildungsveranstaltungen durch.

Unsere Bildungsfelder
Wir arbeiten erfolgreich in der allgemeinen, politischen, beruflichen und integrativen Bildung. Dabei unterstützen wir auch wirtschaftspolitische Ziele der Stadt und leisten durch unsere Qualifizierungen einen aktiven Beitrag dazu, dass sich Hannover weiter zu einem attraktiven Standort entwickelt.

Wir erarbeiten unsere Bildungsschwerpunkte im Kontext unserer o. g. Ziele, der sozialen, wirtschaftlichen und ökologischen Entwicklungen sowie der Interessen der Teilnehmenden. Unsere auf den Arbeitsmarkt und die Strukturpolitik gerichteten Angebote sozialintegrativer Bildung verbessern die Chancen der Absolventinnen und Absolventen auf dem ersten Arbeitsmarkt. Darüber hinaus dient unser Programm dem Abbau geschlechtsspezifischer Benachteiligung und der Integration von Migrantinnen und Migranten in unsere Gesellschaft.

Dabei wollen wir unsere Stärke als bedeutender Anbieter von gemeinwohlorientierter Bildungsarbeit mit sozialem und emanzipatorischem Profil in Niedersachsen halten.
Durch aktive Teilnahme an europäischen Projekten stellen wir unsere Bildungsarbeit in einen internationalen Kontext.

Wir setzen uns bei unseren Kursangeboten für Umweltschutz ein. Wir wollen im Rahmen unserer Vorbildfunktion dazu beitragen, dass die Ziele Abfallvermeidung, Verwertung unvermeidbarer Abfälle sowie Energie- und Wassereinsparung erreicht werden.

Unser übergreifendes Beratungsangebot
In unserer Bildungsberatung verstehen wir uns als unabhängige Anlaufstelle für alle fort- und weiterbildungsinteressierten Bürgerinnen und Bürger jedes Alters und zu jedem Zeitpunkt ihres Lebens. Aus diesem Grund führen wir in einer Kooperation mit dem Bildungsverein die Weiterbildungsberatung Hannover (wbb) durch. In ihrer Beratung befähigt sie jeden Einzelnen, sich über seine Interessen, Fähigkeiten, Qualifikationen und Zielvorstellungen klar zu werden. Sie erschließt mit dem/r Kunden/in die am Markt vorhandenen Bildungsangebote und eventuellen Finanzierungsmöglichkeiten und ermöglicht ihr/ihm eine eigenständige qualifizierte Weiterbildungsplanung.

Unsere Leistungen
Wir bieten
- ein vielfältiges, hochwertiges und für jeden bezahlbares Bildungsangebot
- fachlich qualifizierte und engagierte Kursleiterinnen und Kursleiter
- eine effektiv arbeitende Geschäftsstelle mit motivierten und engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Pädagogik und Verwaltung

Dabei setzen wir auf
- allgemeine, schulische und berufliche Bildungsberatung mit Hilfe zur persönlichen Orientierung
- bedarfsgerechte Lerngruppengrößen
- allgemein anerkannte Abschlüsse, Zertifikate und internationale Diplome
- projektbezogene Qualifizierungs- und Auftragsmaßnahmen
- Koordination der ehrenamtlichen IntegrationslotsInnen
- vielfältige Kooperationen
- eine breite Palette von Ausstellungen und Vortragsreihen
- bürgernahe und teilnehmerorientierte Erreichbarkeit
- stadtteilbezogene Angebote

Wann sind wir erfolgreich?
Maßstab für den Erfolg unseres gesamten Leistungsangebotes sind die individuell gelungenen Lern- und Beratungsprozesse unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Gelungenes Lernen aus Sicht der Teilnehmenden bedeutet,
… dass sie Freude am Lernen erfahren und sich im vertrauensvollen Umgang mit anderen neue Kenntnisse, Kompetenzen und Fertigkeiten aneignen;
… dass sowohl pädagogisch entwickelte als auch selbst gesetzte individuelle Bildungsziele erreicht werden;
… dass sie für die Bewältigung persönlicher, beruflicher und gesellschaftlicher Herausforderungen gestärkt werden;
… dass sie nicht zuletzt prüfungsorientiertes bzw. abschlussbezogenes Wissen erwerben können und dabei neue Möglichkeiten, aber auch eigene Grenzen erkennen.

Eine gelungene Beratung zeigt sich im Erkenntnisgewinn des Ratsuchenden bezüglich seiner persönlichen Lernbiographie und den daraus resultierenden Schritten. Eine Beratung ist dann gelungen, wenn die/der Ratsuchende sie selbst wertschätzt. Sie ist ihm/ihr kostbar, weil sie ihm/ihr geholfen hat entscheidungs- und handlungsfähig zu werden!

Als innerer Prozess der bzw. des Lernenden kann Lernerfolg nicht unmittelbar diagnostiziert werden. Um den Erfolg unseres Angebots zu gewährleisten, d. h. das Gelingen der individuellen Lernprozesse noch nachhaltiger fördern zu können, haben wir auf der Grundlage differenzierter Indikatoren Handlungsinstrumente vom modernen Ideen- und Beschwerdemanagement über die kontinuierliche Kursevaluation bis hin zur Fortbildungsplanung für Kursleitende entwickelt.

Dadurch sichern wir die Motivation zum Weiterlernen und die Bereitschaft den eigenen Lernprozess aktiv zu gestalten – innerhalb der Volkshochschule wie auch selbst gesteuert.

Unsere Reform- und Entwicklungsziele
Bildungsangebote zu organisieren ist unser Auftrag. Deshalb gilt für uns, Lernen auch zu unserer eigenen Aufgabe zu machen. Die VHS ist daher eine lernende Organisation, die Qualitätsentwicklung als einen ständigen Prozess versteht und sich folgende Schwerpunkte gibt:

- sach- und bedarfsgerechte innerbetriebliche Fortbildung
- Verbesserung unserer Arbeitsstrukturen durch internes Qualitätsmanagement, in dem die Mitarbeitenden und Teilnehmenden auch als Kunden betrachtet werden
- eine Organisationsstruktur mit eindeutigen Zuständigkeiten, Delegation von Verantwortung, transparenten Entscheidungsprozessen und konstruktiver interner Kommunikation in gegenseitiger Wertschätzung und Anerkennung
- Weiterentwicklung eines modernen Beschwerde- und Ideenmanagement im Rahmen unserer vernetzten Arbeitsstrukturen
- Schaffung weiterer, sozial angemessener Beschäftigungsformen für unsere Kursleiterinnen und Kursleiter, um die Kontinuität von langfristigen Kursangeboten halten bzw. gewährleisten zu können.

Wir werden unsere Präsenz in den Stadtteilen und sozialen Brennpunkten zur gezielten Ansprache neuer Zielgruppen stärken und eine noch umfassendere Öffentlichkeitsarbeit leisten. Dafür werden wir auch verstärkt die neuen Medien nutzen.

Wir intensivieren Kooperationen und Vernetzungen mit ehrenamtlich tätigen Bürgerinnen und Bürgern und Selbsthilfegruppen, Bildungspartnern, den städtischen Ämtern, der öffentlichen Verwaltung, Krankenkassen, kulturellen Einrichtungen, anderen Institutionen und privaten Unternehmen (public private partnership).

Damit festigen und bauen wir die VHS als sozial-kulturelles Bildungszentrum aus.

Dazu brauchen wir für die Zukunft

- Eigenverantwortlichkeit für die Gesamtorganisation innerhalb der Stadtverwaltung
- angemessene finanzielle Mittel zur Gewährleistung der Aufgaben der Volkshochschule
- zusätzliche bedarfsgerechte Räumlichkeiten mit barrierefreiem Zugang für Behinderte und angemessene Ausstattungen
- verstärkte Mitverantwortung aller Beschäftigten für die Gesamtorganisation
- modernes Marketing.

Wir gehen von der weiteren Förderung der Volkshochschule durch Politik und Verwaltung der Landeshauptstadt aus, die dadurch ihrem Willen zur sozial- und bildungspolitischen Gestaltung Ausdruck verleiht.

Kontroll- und Revisionsverantwortung
Soll das Leitbild handlungsleitend sein und der Qualitätsentwicklung der VHS Hannover Richtung geben, muss es kontinuierlich überprüft und in regelmäßigen Abständen überarbeitet werden. Qualitätsentwicklung ist Leitungsaufgabe, damit kommt dem Leiter bzw. der Leiterin die Verantwortung zu. Zu seiner bzw. ihrer Unterstützung wird ein(e) Qualitätsbeauftragte(r) berufen.

Leitbild 2003 • Revidierte Fassung November 2010

VHS • SACHGEBIETE MIT PROGRAMMBEREICHEN

BEIRAT

Hartmut Tölle, Beiratsvorsitzender
Dr. Oliver Kiaman, Ratsherr
Silvia Klingenburg-Pülm, Ratsfrau
Michael Klie, Ratsherr
Silke Boerma
Dr. Wolfgang Scheel
Belgin Zaman, Ratsfrau

DEZERNENTIN

Marlis Drevermann, Stadträtin

FACHBEREICHSLEITER

N. N.

BEREICHSLEITER

Michael Guttmann
Sprechzeiten nach Vereinbarung
Vorzimmer
Katharina Hennig Tel. 168-46521 Fax: 3631406
katharina.hennig@hannover-stadt.de

SACHGEBIETSLEITUNG VHS INTERNATIONAL

Gillian Noble Tel. 168-45936
gillian.noble@hannover-stadt.de
Englisch, Bildungsurlaub Englisch
Sprechzeiten: nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung L
Sachbearbeitung
Marion Mayer Tel. 168-45498
marion.mayer@hannover-stadt.de

PROGRAMMBEREICHSLEITUNGEN

Anne G. André, Tel. 168-43475
anneguilaine.andre@hannover-stadt.de
Französisch, Italienisch, Niederländisch
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag,
10–13 Uhr und 16–18 Uhr und nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung C
Sachbearbeitung
Michaela Rybka Tel. 168-44790
michaela.rybka@hannover-stadt.de

Iris Grallert, Tel. 168-46858
iris.grallert@hannover-stadt.de
Nordische Sprachen, Latein, Portugiesisch, Spanisch
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag,
10–13 Uhr und 16–18 Uhr und nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung Y
Sachbearbeitung
Michaela Rybka Tel. 168-44790
michaela.rybka@hannover-stadt.de

Mic Hale Tel. 168-40239
mic.hale@hannover-stadt.de
Englisch für den Beruf/für Senioren, Prüfungskurse
Firmenschulung, Englisch in den Stadtteilen, Europaprojekte
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag,
10–13 Uhr und 16–18 Uhr sowie nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung F
Sachbearbeitung
Marion Mayer Tel. 168-45498
marion.mayer@hannover-stadt.de

John Nichol Tel. 168-44787
john.nichol@hannover-stadt.de
Kurse für AusländerInnen – Deutsch als Fremdsprache
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag,
10–13 Uhr und 16–18 Uhr sowie nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung N
Sachbearbeitung
Susanne Wittkowski Tel. 168-43231
susanne.wittkowski@hannover-stadt.de
René Pöplow
rene.poeplow@hannover-stadt.de

Mathilde Wasmeier Tel. 168-44631
mathilde.wasmeier@hannover-stadt.de
Weitere Fremdsprachen
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag,
10–13 Uhr und 16–18 Uhr sowie nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung M
Sachbearbeitung
Marion Mayer Tel. 168-45498
marion.mayer@hannover-stadt.de

SACHGEBIETSLEITUNG VHS SCHULE UND BERUF

Dr. Susanne Kannenberg Tel. 168-44774
susanne.kannenberg@hannover-stadt.de
Ebhardtstr. 1
Berufliche Grundbildung, EDV Senioren, EDV-Bildungsurlaube
Sprechzeiten nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung H
Sachbearbeitung
Andrea Spötter Tel. 168-45611
andrea.spoetter@hannover-stadt.de

PROGRAMMBEREICHSLEITUNGEN

Renate Ackermann Tel. 21555668 Fax: 168-45771
renate.ackermann@hannover-stadt.de
VHS, Am Taubenfelde 4
Berufliche Weiterbildung (Kaufmännisch), EDV, Multimedia,
Soziale Kompetenzen im Beruf, Firmenschulungen,
Fortbildungen und Umschulungen mit Bildungsgutschein
Sprechzeiten: Donnerstag, 16–18 Uhr und nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung D

→

→
Sachbearbeitung
Margarethe Tarara Tel. 168-45618
margarethe.tarara@hannover-stadt.de
Olivia Busse Tel. 168-45938
olivia.busse@hannover-stadt.de

Cristina Marina Tel 168-45770
cristina.marina@hannover-stadt.de
EDV – Fachanwendungen, Diversity Management, Europaprojekte

Dittmar Lange Tel. 21555664 Fax 7010518
dittmar.lange@hannover-stadt.de
Kaufmännische Fortbildungen und Umschulungen
mit Bildungsgutschein
VHS, Am Taubenfelde 4
Sachbearbeitung
Margarethe Tarara Tel. 168-45618
margarethe.tarara@hannover-stadt.de

N. N. Tel. 168-45937
Zweiter Bildungsweg, Sekundarbereich I, Hauptschule
Sprechzeiten: Montag, 13–15 Uhr sowie nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung P
Sachbearbeitung
Elisabeth Bannert Tel. 168-44773
elisabeth.bannert@hannover-stadt.de

Michael Wehner Tel. 168-48400, -45937
michael.wehner@hannover-stadt.de
VHS, Voltmerstr. 36
Zweiter Bildungsweg, Sekundarbereich I, Realschule
Sprechzeiten: Donnerstag, 16–18 Uhr und nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung T
Sachbearbeitung
Elisabeth Bannert Tel. 168-44773
elisabeth.bannert@hannover-stadt.de

LERNPLATTFORM MOODLE
Moodle.lern-trek.de
Thomas Schwieger Tel. 21555667
thomas schwieger@hannover-stadt.de
VHS, Am Taubenfelde 4

VHS LERNZENTRUM
Kursangebote mit der Kennzeichnung H und Z
Lernberatung, E-Learning, Blended Learning, neue Bildungstechnologien,
Qualifizierung und Beratung von Kursleitungen,
Janine Gunzenheimer Tel. 168-49682
janine.gunzenheimer@hannover-stadt.de
Svenia Knüttel Tel. 168-49682
svenia.knuettel@hannover-stadt.de
VHS-Lernzentrum Linden, Lindener Marktplatz 1

SACHGEBIETSLEITUNG VHS AKTIV
Evelyn Schmidt Tel. 168-42076
evelyn.schmidt@hannover-stadt.de
Rhetorik, Pädagogik, Soziale Kompetenzen, Rechtschreibung, Recht und Finanzen
Sprechzeiten: nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung S
Sachbearbeitung
Martina Zwickert-Cetin Tel. 168-43918
martina.zwickert-cetin@hannover-stadt.de

PROGRAMMBEREICHSLEITUNGEN

Ulrike Ernst Tel. 168-46567
ulrike.ernst@hannover-stadt.de
Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung
Sprechzeiten: nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung E
Sachbearbeitung
Pamela Coordes Tel. 168-45359
pamela.coordes@hannover-stadt.de

Birgit Robel Tel. 168-44703 Fax: 168-44704
birgit.robel@hannover-stadt.de
Seniorenbildung, Gesundheit
Sprechzeiten: Dienstag, 10–13 Uhr
Donnerstag, 10–13 Uhr und 16–18 Uhr sowie nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung R
Sachbearbeitung
Birgit Hoffmeister Tel. 168-43502
birgit.hoffmeister@hannover-stadt.de
Eva Schoeler Tel. 168-36250
eva.schoeler@hannover-stadt.de

Christiane Roth-Schönfeld Tel. 168-40872
christiane.roth-schoenfeld@hannover-stadt.de
Junge VHS, Lern- und Arbeitstechniken,
Handwerk und Technik, Natur und Umwelt
Sprechzeiten: nach Vereinbarung
Kursangebote mit der Kennzeichnung K
Sachbearbeitung
Pamela Coordes Tel. 168-45359
pamela.coordes@hannover-stadt.de

Dorothee Warnecke Tel. 168-44776
dorothee.warnecke@hannover-stadt.de
Kulturelle Bildung
Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag, 10–13 Uhr und nach Vereinbarung
Stephan Kaps Tel. 168-36342
stephan.kaps@hannover-stadt.de
Kursangebote mit der Kennzeichnung W
Sachbearbeitung
Heike Dormeier-Blanke Tel. 168-44373
heike.dormeier-blanke@hannover-stadt.de

Stephan Kaps
Kochen
Kursangebote mit der Kennzeichnung U
Sachbearbeitung
Regina Napp Tel. 168-40705
regina.napp@hannover-stadt.de

SACHGEBIETSLEITUNG VHS DIALOG

Arzu Altuğ Tel. 168-43944
arzu.altug@hannover-stadt.de
Politische Bildung
Sprechzeiten nach Vereinbarung
Sachbearbeitung
Manuela Krawczyk Tel. 168-40926
manuela.krawczyk@hannover-stadt.de
Hiltrud Mariot Tel. 168-45321
hiltrud.mariot@hannover-stadt.de

ALPHABETISIERUNG • REGIONALES GRUNDBILDUNGSZENTRUM

Martina Poick Tel. 168-40086
martina.poick@hannover-stadt.de

IMMATUREN • FERNUNI HAGEN • OFFENE HOCHSCHULE

Joachim Melcher Tel. 30 03 38 88
joachim.melcher@hannover-stadt.de

KOORDINIERUNGSSTELLE INTEGRATIONSLOTSINNEN STADTTEILORIENTIERTE KURSANGEBOTE

Sigrid Busse Tel. 168-44566
sigrid.busse@hannover-stadt.de
Natalia Beckmann Tel. 168-36341
natalia.beckmann@hannover-stadt.de

PROJEKT EINBÜRGERUNGSLOTSEN/INNEN

N. N.

PROJEKT ANKOMMEN IN HANNOVER – ALLTAGSDEUTSCH FÜR FLÜCHTLINGE

Anne Kehrein Tel. 168-49436
anne.kehrein@hannover-stadt.de

WEITERBILDUNGSBERATUNG

Joachim Melcher Tel. 30 03 38 89
joachim.melcher@hannover-stadt.de
Martina Poick Tel. 168-40086
martina.poick@hannover-stadt.de
Üstra-Service-Center-City (1.OG)
am Platz der Weltausstellung
Karmaschstr. 30/32
30159 Hannover

VHS SERVICE

Personal und Organisation
Allgemeine Verwaltung
Heike Hehmsoth Tel. 168-44777
heike.hehmsoth@hannover-stadt.de
Gabriele Jockel Tel. 168-43287
gabriele.jockel@hannover-stadt.de

Honorare, Kasse
Beate Henke Tel. 168-44780
beate.henke@hannover-stadt.de

Buchhaltung
Silke Will-Herberg Tel. 168-44784
silke.will-herberg@hannover-stadt.de
Sabine Kostal Tel. 168-44874
sabine.kostal@hannover-stadt.de

Anmeldung und Auskunft
info@vhs-hannover.de
Kerstin Steffen Tel. 168-44781
Natascha Sander-Fräßdorf Tel. 168-44782
Diana Idczak Tel. 168-44783

Dispositionsdienst
Patrick Szpitter Tel. 168-44779
patrick.szpitter@hannover-stadt.de
Räume in der VHS, Lindener Rathaus
Barbara Michlik Tel. 168-45517
barbara.michlik@hannover-stadt.de
Räume in anderen Unterrichtsstätten

IUK
Jörg Kahlenberg Tel. 168-44323
jörg.kahlenberg@hannover-stadt.de
Ralf Ramftel Tel. 168-45870
ralf.ramftel@hannover-stadt.de

Hausdienste
Dagmar Borchert Tel. 168-43502
Herbert Neuhäuser Tel. 168-43110
Mahmud Salim Tel. 168-44786
Juan Martinez-Piqueras Tel. 168-43110

Einsatz, Wartung und Reparatur von technischen Lehrmitteln
Harald Neumann Tel. 168-44785
harald.neumann@hannover-stadt.de

Marketing
Ulrike Ernst Tel. 168-46567
ulrike.ernst@hannover-stadt.de

Qualitätsbeauftragter
N. N.

ERWACHSENENBILDUNG IN DER REGION *www.vhs-regionalverbund-hannover.de*

Volkshochschule Calenberger Land
Tel. (05105) 5216-0 • *www.vhs-calenberger-land.de*

Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover
Tel. (0511) 168-44783 • *www.vhs-hannover.de*

Volkshochschule Langenhagen
Tel. (0511) 73079 710-715 *www.vhs-langenhagen.de*

Zweckverband vhs Hannover Land Neustadt
Tel. (05032) 981980 • *www.vhs-hannover-land.de*

Leine-Volkshochschule GmbH Hemmingen-Laatzen-Pattensen
Tel. (0511) 983560 • *www.leine-vhs.de*

Volkshochschule Ostkreis Hannover Lehrte
Tel. (05132) 50000 • *www.vhs-hannoverregion.de*

Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V. und Landesagentur für Erwachsenenbildung
Bödekerstraße 16, 30161 Hannover
Tel. (0511) 30033050 • *www.vhs-nds.de* • *www.aewb-nds.de*

Bildungsvereinigung Arbeit und Leben
Tel. (0511) 121050 • *www.arbeitundleben-nds.de*

Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V. Hannover
Tel. (0511) 344144 • *www.bildungsverein.de*

DAA Deutsche Angestellten-Akademie GmbH
Tel. (0511) 12186-0 • *www.daa.de*

Bildungswerk der Niedersächsischen Wirtschaft GmbH
Tel. (0511) 961670 • *www.bnw.de*

Evangelische Erwachsenenbildung Niedersachsen Region Hannover
Tel. (0511) 1241663 • *www.eeb-niedersachsen.de*

Katholische Erwachsenenbildung im Lande Niedersachsen e. V.
Tel. (0511) 1640540 • *www.kath-kirche.de* • *www.keb-nds.de*

Niedersächsischer Landesverband der Heimvolkshochschulen e. V.
Tel. (0511) 326961, -62 • *www.hvhs-landesverband.de*

Weitere hilfreiche Internetadressen:
www.vhs.de
www.meine-vhs.de
www.weisste-hannover.net.de
www.newb-nds.de

KALENDER AUGUST 2015 – MÄRZ 2016

AUGUST

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

SEPTEMBER

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OKTOBER

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVEMBER

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

DEZEMBER

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JANUAR

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

FEBRUAR

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						

MÄRZ

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Ferientermine der allgemein bildenden Schulen und Feiertage in Niedersachsen
Rest Sommerferien: 01.08. – 02.09.2015 • Herbstferien: 19.10. – 31.10.2015 • Weihnachtsferien: 23.12.2015 – 06.01.2016 • Winterferien: 28.01. und 29.01.2016
Osterferien: 18.03. – 02.04.2016
Ferientermine und Feiertage sind rot markiert. Bitte beachten Sie, dass an diesen Tagen in der Regel kein VHS-Kurs in einer Schule stattfinden kann.

PRÜFUNGEN UND ZERTIFIKATE

Prüfungsart	Anmeldung bis	Prüfungstermin	Prüfungseinrichtung	Gebühr*
DEUTSCHPRÜFUNGEN DES GOETHE-INSTITUTS				
Deutsch B2	auf Anfrage		Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens Bödekerstraße 16 30161 Hannover Prüfungszentrale Tel. 300330-71	130 €
Deutsch C1	auf Anfrage			150 €
Deutsch KDS	auf Anfrage			250 €
Deutsch GDS	auf Anfrage			300 €
EUROPÄISCHE SPRACHENZERTIFIKATE			**TELC GMBH**	
Deutsch-Test für Zuwanderer B1	auf Anfrage		Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens Bödekerstraße 16 30161 Hannover Prüfungszentrale Tel. 300330-71 oder -79	100 €
Stufe B1 **Englisch, Englisch Business Französisch, Italienisch, Portugiesisch, Russisch, Spanisch, Tschechisch, Türkisch**	auf Anfrage			100/110 €
Stufe B2 **Englisch, Englisch Business, Französisch, Italienisch, Russisch, Türkisch**	auf Anfrage			120/130 €
Stufe C1 **allgemeinsprachliche Zertifikate: Englisch**	auf Anfrage			150/160 €
Niederländisch	auf Anfrage		CNaVT-secreteriat Blijck-Inkomstraat 7 3000 Leuven • Belgien	auf Anfrage
CAMBRIDGE MAIN SUITE			**CAMBRIDGE ESOL**	
First Certificate in English	10.04.2015	06.06. + 09.06.2015	Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens Bödekerstraße 16 30161 Hannover Prüfungszentrale Tel. 300330-71 oder -79	163/173 €
Certificate in Advanced English	08.05.2015	27.06.2015		173/183 €
Certificate of Proficiency in English	10.04.2015	11.06.2015		183/193 €
CAMBRIDGE BUSINESS ENGLISH CERTIFICATE (BEC)			**CAMBRIDGE ESOL**	
Preliminary	24.04.2015	06.06.2015	Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens Bödekerstraße 16 30161 Hannover Prüfungszentrale Tel. 300330-71 oder -79	117/127 €
Vantage	24.04.2015	04.06.2015		162/172 €
Higher	24.04.2015	02.06.2015		177/187 €

Prüfungsart	Anmeldung bis	Prüfungstermin	Prüfungseinrichtung	Gebühr*
EUROPÄISCHE SPRACHENZERTIFIKATE				
Diploma de Espagnol **Nivel Inicial** **Nivel Intermedio** **Nivel Superior**	auf Anfrage		Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens Bödekerstraße 16 30161 Hannover Prüfungszentrale Tel.: 300330-71 oder -79	auf Anfrage
Diplome d`Etudes en Langue Française	auf Anfrage			auf Anfrage
Diplome Approfondi de Langue Française	auf Anfrage			auf Anfrage
Kleines Latinum	auf Anfrage	auf Anfrage	Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium, Seelhorststr. 52, 30175 Hannover	auf Anfrage

Prüfungsart	Prüfung	Prüfungsinstitution	Gebühr
EDV UND KAUFMÄNNISCHE PRÜFUNGEN			
Tastschreiben	auf Anfrage	VHS Hannover	35 €
FinanzbuchhalterIn mit EDV auf Anfrage		Europäische Prüfungszentrale (epz) Bödekerstraße 16	43/47 €
Fachkraft Personalabrechnung			43/47 €
ECDL – Europäischer Computer Führerschein	donnerstags und nach Vereinbarung		siehe Seite 216
Xpert CMS Online Designer			52 €
INTERKULTURELLE KOMPETENZ			
Xpert Culture Communication Skills®	nach Abschluss der Kurse	Bayerischer Volkshochschulverband e. V. Fäustlestr. 5a 80339 München Tel. 089 51080-12 *www.vhs-bayern.de, www.xpert-ccs.de*	Basic 50 € Professional 50 € Master 140 €
VHS CONCEPT			
SuchtkrankenhelferIn (VHS)	nach Abschluss der Kurse	Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens Tel. 300330-74	50 €
KursleiterIn für Yoga mit Kindern (VHS)			120 €

** vorbehaltlich Preisänderungen der Prüfungseinrichtung*

BILDUNGSURLAUB

Wer hat Anspruch auf Bildungsurlaub?
Einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub besitzen alle ArbeitnehmerInnen, deren Arbeitsplatz sich in Niedersachsen befindet und deren Arbeitsverhältnis mindestens ein halbes Jahr besteht.

Wenn Sie an unseren Bildungsurlaubsseminaren teilnehmen möchten, sind Sie dazu eingeladen – auch dann, wenn Sie keine Freistellung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz in Anspruch nehmen, also z. B. arbeitslos oder im Ruhestand sind.

Gerne informieren und beraten wir Sie zu gesetzlichen Regelungen in anderen Bundesländer, bzw. beantragen dort eine Anerkennung unserer Seminare für Sie.

Eine Anmeldefrist von vier Wochen gilt nur dann, wenn Sie Bildungsurlaub beanspruchen, d. h. nach den im Gesetz vorgeschriebenen Regelungen von der Arbeit freigestellt werden wollen. Anderenfalls können Sie sich noch bis zum Beginn einer Veranstaltung bei uns anmelden – vorausgesetzt natürlich, dass es noch freie Plätze gibt.

Das neue Jahresprogramm Bildungsurlaub erscheint im Januar 2016.

Ansprechpartnerin
Gabriele Jockel Tel. 168-43287
Haus der VHS, Raum 306

Bei Anfragen zu Kursinhalten wählen Sie bitte die hier angegebenen Rufnummern der zuständigen Abteilungen.↓

SEPTEMBER 2015

31.08. – 04.09.	79X13E6	**Unsere Lese- und Schreibwoche**	168-46567
07.09. – 11.09.	54X51H8	**Tabellenkalkulation mit Excel 2010 – ECDL**	168-45611
07.09. – 11.09.	66X06D8	**InDesign – Von der Visitenkarte zur Broschüre**	168-45618
07.09. – 11.09.	74X05C8	**Italienisch für Teilzeitkräfte**	168-43475
14.09. – 18.09.	76X05Y8	**Spanisch mit Grundkenntnissen**	168-46858
14.09. – 18.09.	54X79H8	**Datenbankanwendung mit Access 2010 – ECDL**	168-45611
14.09. – 18.09.	66X02D8	**Digitale Fotoentwicklung mit Lightroom und Composing in Photoshop**	168-45618
21.09. – 25.09.	54X91H8	**MS Office 2010**	168-45611
21.09. – 25.09.	72X11L8	**Englisch IV**	168-45936
21.09. – 25.09.	94X51R8	**Umgang mit Demenzkranken**	168-44703
28.09. – 02.10.	16X18S8	**Was wir nicht mit Worten sagen – zum besseren Verständnis non-verbaler Mitteilungen**	168-42076
28.09. – 02.10.	72X07L8	**Englisch III**	168-45936
28.09. – 02.10.	66X22D8	**Bildbearbeitung mit Elements – Grundkurs**	168-45618
28.09. – 02.10.	57X07D8	**Web-Seitenerstellung mit HTML/CSS**	168-45618

OKTOBER 2015

05.10. – 09.10.	22X05S8	**Stressreduzierung statt burn out – Train the Trainer**	168-42076
05.10. – 09.10.	72X15L8	**Englisch V**	168-45936
05.10. – 09.10.	76X02Y8	**Spanisch für AnfängerInnen**	168-46858
05.10. – 09.10.	54X37H8	**Kombikurs Word und Excel 2010**	168-45611
05.10. – 09.10.	54X80H8	**Datenbankanwendung mit Access 2010 – Aufbau**	168-45611
05.10. – 09.10.	66X15D8	**Bildbearbeitung mit Photoshop – Grundkurs**	168-45618
05.10. – 09.10.	66X46D8	**Finanzbuchhaltung mit DATEV pro – Baustein für FinanzbuchhalterIn**	168-45618
12.10. – 16.10.	16X04S8	**Frei sprechen – überzeugend argumentieren**	168-42076
12.10. – 16.10.	72X24L8	**English Business Basics**	168-45936
12.10. – 16.10.	54X69H8	**Tabellenkalkulation mit Excel 2010 – Aufbau**	168-45611
12.10. - 16.10.	54X05H8	**Computer- und Online-Grundlagen**	168-45611
12.10. – 16.10.	66X30D8	**Web-Seitenerstellung mit Dreamweaver**	168-45618
12.10. – 16.10.	73X02C8	**Französisch mit geringen Kenntnissen**	168-43475
12.10. – 16. 10.	78X14M8	**Türkische Sprache, Kultur und Gesellschaft I**	168-44631
19.10. – 23.10.	61X07D8	**Coaching – eigene Potenziale erkennen und ausbauen**	168-45618
19.10. – 23.10.	61X02D8	**Projektmanagement**	168-45618
19.10. – 23.10.	99X12R8	**Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung**	168-44703
19.10. – 23.10.	23X01W2	**Einführung in die Philosophie**	168-44776
19.10. – 23.10.	99X14R8	**Rückhalt – den Rücken stärken und entlasten**	168-44703
19.10. – 23.10.	23X01W2	**Einführung in die Philosophie**	168-44776
19.10. – 23.10.	85X15E6	**Musik erleben**	168-46567
26.10. – 30.10.	99X15R8	**Betriebliche Gesundheitsförderung**	168-44703
26.10. – 30.10.	85X15E6	**Musik erleben**	168-46567
26.10. – 30.10.	99X13R8	**Rückhalt – den Rücken stärken und entlasten**	168-44703
26.10. – 30.10.	99X19R8	**Gesundheitsmanagement 45 +**	168-44703

NOVEMBER 2015

02.11. – 06.11.	54X14H8	**Visual Basic.NET 2012 mit Windows 8**	168-45611
02.11. – 06.11.	72X19L8	**Englisch VI**	168-45936
02.11. – 06.11.	75X33M8	**Russische Sprache und Kultur I**	168-44631
02.11. – 06.11.	61X05D8	**Systemische Beratung – Beratungsgespräche erfolgreich führen**	168-45618
02.11. – 06.11.	66X25D8	**Grafik- und Layout – Gestaltung mit Adobe Illustrator für AnfängerInnen**	168-45618
02.11. – 06.11.	16X12S8	**Erfolgreich auftreten und kommunizieren**	168-42076
02.11. – 06.11.	99X18R8	**Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung**	168-44703
02.11. – 06.11	25X02K8	**Effektiveres Lernen und Gedächtnistraining**	168-40872
02.11. – 06.11.	66X50D8	**Lohn- und Gehaltsabrechnung mit DATEV**	168-45618
09.11. – 13.11.	77X92C8	**Niederländisch für Fortgeschrittene**	168-43475
09.11. – 13.11.	54X35H8	**Textverarbeitung mit Word 2010 – ECDL**	168-45611
09.11. – 13-11.	77X39M8	**Chinesische Sprache und Kultur I**	168-44631
09.11. – 13.11.	72X26L8	**Advanced Professional English**	168-45936
09.11. – 13.11.	79X02A4	**Schreiben, Ernährung und Kochen**	168-45501
09.11. – 13.11.	25X03K8	**Zeit- und Selbstmanagement**	168-40872
09.11. – 13.11.	16X14S8	**Schwierige Gesprächssituationen im beruflichen Alltag**	168-42076
09.11. – 13.11.	57X02D8	**CAD I – computerunterstütztes Zeichnen mit AutoCAD**	168-45618
09.11. – 13.11.	57X12D8	**Dynamische WEB-Seiten mit PHP MySQL**	168-45618
16.11. – 20.11.	66X19D8	**Bildbearbeitung mit Photoshop – Aufbaukurs**	168-45618
16.11. – 20.11.	22X04S8	**NLP im Beruf – eine Einführung in das Neuro-Linguistische Programmieren**	168-42076
16.11. – 20.11.	65X11D8	**Kaufmännisches Rechnungswesen – Buchführung – kein Buch mit sieben Siegeln**	168-45618
16.11. – 20.11.	74X02C8	**Italienisch für AnfängerInnen**	168-43475
16.11. – 20.11.	72X25L8	**English Business Basics**	168-45936
16.11. – 20.11.	54X15H8	**Visual Basic – Objektorientierung**	168-45611
16.11. – 20.11.	54X87H8	**Netzwerktechnik**	168-45611
16.11. – 20.11.	77X25M8	**Japanische Sprache, Kultur und Gesellschaft I**	168-44631
16.11. – 20.11.	32X02W8	**Die Kelten**	168-44776
23.11. – 27.11.	16x10S8	**Persönlichkeit und Kommunikationsstil in Beruf und Alltag**	168-42076
23.11. – 27.11.	54X89H8	**Windows im Netzwerk – Server 2012**	168-45611
23.11. – 27.11.	72X02L8	**Englisch I**	168-45936
23.11. – 27.11.	72X04L8	**Englisch II**	168-45936
23.11. – 27.11.	66X03D8	**Digitale Fotoentwicklung mit Lightroom und Composing in Photoshop**	168-45618
23.11. – 27.11.	54X70H8	**MS Excel VBA-Programmierung**	168-45611
23.11. – 27.11.	57X10D8	**Webseiten erstellen und pflegen mit TYPO3**	168-45618
30.11. – 04.12.	16X16S8	**Gekonnt vortragen und referieren**	168-42076
30.11. – 04.12.	72X12L8	**Englisch IV**	168-45936
30.11. – 04.12.	54X81H8	**Access-Programmierung**	168-45611
30.11. – 04.12.	54X25H8	**Kombikurs Windows und Word**	168-45611
30.11. – 04.12.	61X09D8	**Coaching – Durchsetzungsstark agieren**	168-45618
30.11. – 04.12.	57X03D8	**CAD II – computerunterstütztes Zeichnen mit AutoCAD**	168-45618
30.11. – 04.12.	76X03Y8	**Spanisch für AnfängerInnen**	168-46858

DEZEMBER 2015

07.12. – 11.12.	16X11S8	**Ordnung schaffen mit System**	168-42076
07.12. – 11.12.	54X92H8	**Microsoft Office 2010**	168-45611
07.12. – 11.12.	74X06C8	**Italienisch für Fortgeschrittene**	168-43475
07.12. – 11.12.	72X16L8	**Englisch V**	168-45936
14.12. – 18.12.	16X06S8	**Nie wieder sprachlos**	168-42076
14.12. – 18.12.	54X52H8	**Tabellenkalkulation mit Excel 2013 – ECDL**	168-45611
14.12. – 18.12.	61X13D8	**Erfolgreiches Konfliktmanagement im beruflichen Alltag**	168-45618
14.12. – 18.12.	66X07D8	**InDesign – Von der Visitenkarte zur Broschüre**	168-45618

JANUAR 2016

11.01. – 15.01.	66X12D8	**InDesign – Von der Visitenkarte zur Broschüre – Aufbaukurs**	168-45618
25.01. – 29.01.	66X16D8	**Bildbearbeitung mit Photoshop – Grundkurs**	168-45618

FEBRUAR 2016

01.02. – 05.02.	66X20D8	**Bildbearbeitung mit Photoshop – Aufbaukurs**	168-45618

VERZEICHNIS DER UNTERRICHTSORTE

	Veranstaltungsort	Nächste Haltestelle, Linie
♿	**Haus der VHS** Burgstraße 14 (direkt an der Leine in der Altstadt)	♿ Markthalle, 3 • 7 • 9 oder ♿ Steintor, 1 • 2 • 4 • 5 • 6 • 8 • 11 oder Clevertor, 17
	Standort Am Taubenfelde 4	Königsworther Platz, 4 • 5 oder Christuskirche, 6 • 11
♿	**Standort Kulturhaus Hainholz** Voltmerstraße 36	♿ Bertramstraße, 6
	Standort Büssingweg 9	An der Strangriede, 6 • 11 – Geschwister-Scholl-Schule, Bus 121 oder Niedersachsenring, 1 • 2 – Geschwister Scholl Schule, Bus 121
♿	**Standort Lindener Rathaus** Lindener Marktplatz 1	Lindener Marktplatz, 9, ♿ Bus 100, 120, 200

Weitere Unterrichtsorte in verschiedenen Stadtteilen

	Veranstaltungsort	Nächste Haltestelle/Linie
	Arkadas Siftstr. 13	Steintor, 4 • 5 • 6 • 10 • 17 • 8
♿	**Berufsbildende Schule ME** Gustav-Bratke-Allee 1 (Eingang über den Hof Ohestr.)	Humboldstraße, 17, Bus 120 • 500 • 300
♿	**Berufsbildungswerk des Annastiftes e. V.** Bemerode, Wülfeler Straße. 60	Lerchenfeldstraße, Bus 123 • 124
	Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V. Am Listholze 31	Vier Grenzen, 3 • 7 • 9
	Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V. Wedekindstr. 14	Lister Platz, 3 • 7 • 9
♿	**Bildungszentrum (Weiße Rose)** Mühlenberger Markt 5	Mühlenberger Markt, 3 • 7, Bus 129 • 254 • 581
	Bismarckschule An der Bismarckschule 5	Altenbekener Damm, 1 • 2 • 8, Bus 121 • 370
♿	**Bürgerhaus Misburg** Seckbruchstraße 20	Misburger Bad, Bus 124
♿	**Caritas-Werkstätten-Hannover** Engelbosteler Damm 72	Kopernikusstraße, 6 • 11, Bus 100 • 200
	Ev. Familien-Bildungsstätte Hannover e. V. Archivstraße 3, Eingang Wagenerstraße	Waterloo, 9 • 3 • 7
	Express Yourself Dieterichsstraße 25/27	Marienstraße, 4 • 5 • 6 • 11
	Franz-Kühnemann-Stiftung Alte Döhrener Str. 1	Geibelstr., 1 • 2 • 8
	Frauen- und Mädchen Gesundheitszentrum Region Hannover e. V. Escherstraße.10	Steintor, 4 • 5 • 6 • 10 • 17
♿	**Freizeitheim Döhren** Hildesheimer Straße. 293	Peiner Straße, 1 • 2 • 8, Bus 123 • 128 • 363
♿	**Freizeitheim Linden** Windheimstraße 4	Ungerstraße, 10
	Freizeitheim Lister Turm Walderseestraße 100	Lortzingstraße/Lister Platz, 3 • 7 • 9
♿	**Freizeitheim Ricklingen** Ricklinger Stadtweg 1	Beekestraße, 3 • 7 • 17
♿	**Freizeitheim Stöcken** Eichsfelder Straße 101	Stöckener Markt, 5, Bus 126
♿	**Freizeitheim Vahrenwald** Vahrenwalder Straße 92	Dragonerstraße, 1 • 2, Bus 133
♿	**Gemeindehaus St. Nikolai** Sackmannstraße 27	Brunnenstraße, 10
	Gemeindezentrum Thomas-Kirche Wallensteinstraße 32	Bartold-Knaust-Straße, 3 • 7
♿	**Gemeinschaftshaus Roderbruch** Kosselhof 3	Roderbruch, 4, Bus 125
♿	**Gemeinwesenarbeit** Ahornstraße 2	Stadtfriedhof Seelhorstraße, 8, Bus 123
	Grundschule Auf dem Loh Auf dem Loh 33	Haltenhoffstraße, 11
	Grundschule Kastanienhof Harenberger Straße 29	Harenberger Straße, 10
♿	**Hannoversche Werkstätten GmbH** Lathusenstraße 20	Lathusenstraße, Bus 127 • 137
	Haus der Begegnung Krugstraße 7	Martin-Luther-Kirche, Bus 700

	Veranstaltungsort	Nächste Haltestelle, Linie
	Ihmeschule Badenstedter Straße 14	Nieschlagstraße, 9
♿	**Kaiser-Wilhelm- und Ratsgymnasium** Seelhorststraße 52	Congress Centrum, Zoo, 11, Kaiserallee Bus 128 • 134
♿	**Katholische Familienbildungsstätte e. V. Hannover** Goethestraße 31	Goetheplatz, 10 • 17
	Kloster Vien Giac Karlsruher Straße 6	Wiehbergstraße, 1
♿	**Kulturtreff Hainholz** Voltmerstraße 36	Hainhölzer Markt, 6 oder Voltmerstraße, Bus 121
♿	**Kulturtreff Roderbruch** Rotekreuzstraße 19	Roderbruchmarkt, 4
♿	**Kulturtreff Vahrenheide** Wartburgstraße 10	Vahrenheider Markt, 2
	Kulturzentrum Faust Zur Bettfedernfabrik 3	Leinaustraße, 10, Bus 700
♿	**Margot-Engelke-Zentrum** Geibelstraße 90	Geibelstraße, 1 • 2 • 8
	Seminarzentrum Hannover Rumannstraße 15	Dreifaltigkeitskirche, Bus 121 • 100 • 200
♿	**Sprengel Museum Hannover** Kurt-Schwitters-Platz 1	Maschsee/Sprengel Museum, Bus 100 • 200
♿	**Stadtteiltreff Sahlkamp** Elmstraße 15	Alte Heide, 2, Bus 122,125
♿	**Stadtteilzentrum KroKus** Thie 6	Kronsberg, 6, Bus 330
	Stadtteilzentrum Nordstadt Klaus-Müller-Kilianweg 2	Kopernikusstraße, 6 • 11
	Südstadt-Schule Böhmerstraße 10	Altenbekener Damm, 1 • 2 • 8, Bus 121 • 370
	UJZ Glocksee Glockseestraße 35	Goetheplatz, 10 • 17, Bus 300 • 500 • 700
	Volkssternwarte Am Lindener Berg 27 (Wasserbehälter)	Zur Sternwarte, Bus 100 • 200
	Wilhelm-Raabe-Schule Langensalzastraße 24	Maschsee/Sprengel Museum, Bus 100 • 200 Aegi, 1 • 2 • 4 • 5 • 6 • 8 • 11
	Work of Art Lister Meile 33 (2. Hinterhaus)	Lister Platz, 3 • 7, Bus 121 • 100 • 200 • 134

♿ Das Symbol kennzeichnet Unterrichtsorte, die Rollstuhl zugänglich sind und über eine entsprechende Toilette verfügen. Menschen mit Behinderung soll die Teilnahme an allen Angeboten der VHS ermöglicht werden.
Bei Unterrichtsräumen, die Behinderten nicht zugänglich sind, werden wir uns um einen entsprechenden Parallelkurs oder um die Verlegung des Kurses bemühen. Tel. 168-46567 oder E-Mail: *ulrike.ernst@hannover-stadt.de*

EDV-Raum und Lehrküche im VHS-Standort Lindener Rathaus • Fotos: Angela Wulf

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB)

1. Allgemeines
(1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule (VHS), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.
(2) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.
(3) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z. B. Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem der Verbraucherin zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der VHS). Anmeldungen können auch fernmündlich erfolgen. Erklärungen der VHS genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Vertragsschluss
(1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unter Vorbehalt.
(2) Die Anmeldende ist an ihre Anmeldung 3 Wochen lang gebunden (Vertragsangebot). Der Veranstaltungsvertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. (3) entweder durch Annahmeerklärung der VHS zustande oder aber dadurch, dass die 3-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die VHS das Vertragsangebot abgelehnt hat.
(3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der VHS eingeht, abweichend von Abs. (2) einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht innerhalb von 3 Wochen, gilt die Anmeldung als abgelehnt.
(4) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden.
(5) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch die Regelungen der Absätze (2) und (4) nicht berührt.

3. Vertragspartnerin und Teilnehmerin
(1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrages werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der VHS als Veranstalterin und der Anmeldenden (Vertragspartnerin) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmerin) begründen. Diese ist der VHS namentlich zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmerin bedarf der Zustimmung der VHS. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.
(2) Die VHS darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

4. Entgelt
(1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der VHS in Verbindung mit der jeweils gültigen Entgeltordnung (Anhang)*. Die Anmeldung verpflichtet – unabhängig von der tatsächlichen Teilnahme – zur Zahlung des ausgewiesenen Kursentgelts sowie sonstiger Entgelte.
(2) Kursentgelte sind, sofern nicht ausdrücklich eine andere Regelung festgelegt wurde, spätestens eine Woche nach Kursbeginn fällig. Eine gesonderte Zahlungsaufforderung ergeht nicht.
(3) Auf Antrag kann eine Ratenzahlung gewährt werden; der Restbetrag wird spätestens einen Monat vor Ablauf des Kurses fällig.
** Die vom Rat der Stadt Hannover beschlossene Entgeltordnung liegt in der Anmeldung im Haus der VHS in der Burgstraße 14 aus.*

5. Durchführung der Kurse
(1) Die Mindestzahl der Teilnehmerinnen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10, bei mehrsemestrigen Kursen 15 Personen. Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, findet der Kurs nicht statt. Unter Berücksichtigung der Regelungen des Nds. Erwachsenenbildungsgesetzes kann ein Kurs mit mindestens 7 Personen in einer von der Leitung zu genehmigenden Kalkulation durchgeführt werden.
(2) Sinkt die Zahl der anwesenden Teilnehmerinnen während des Kurses auf weniger als 5 Personen, kann der betreffende Kurs vorzeitig beendet werden. Hierüber entscheidet die Leitung der VHS.
(3) Für Kurse mit denen besondere Teilnehmergruppen erreicht bzw. besondere Bildungsziele angesprochen werden sollen, kann die Leitung der VHS Sonderregelungen im Rahmen des Haushaltsplans genehmigen.

6. Organisatorische Änderungen
(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Kursleitung durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Kursleitung angekündigt wurde.
(2) Die VHS kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
(3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der VHS nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Kursleitung), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltungseinheit nicht nachgeholt, gilt die Ziffer 7 (2) Satz 2 und 3 und (3).
(4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt. Ein Anspruch auf Nachholung der so ausgefallenen Veranstaltung besteht nicht.

7. Rücktritt und Kündigung durch die VHS
(1) Wird die Mindestzahl der Teilnehmerinnen nach Ziffer 5 nicht erreicht, kann die VHS vom Vertrag zurücktreten, jedoch nur bis zum Kursbeginn. Kosten entstehen der Vertragspartnerin hierdurch nicht.
(2) Die VHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die VHS nicht zu vertreten hat (z. B. Ausfall einer Kursleitung) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Teilnehmerin ohne Wert ist.
(3) Die VHS wird die Vertragspartnerin über die Umstände, die sie nach Maßgabe der vorgenannten Absätze (1) und (2) zum Rücktritt berechtigen, innerhalb von 5 Werktagen informieren und ggf. das vorab entrichtete Entgelt innerhalb einer Frist von 7 Werktagen erstatten.
(4) Wird das geschuldete Entgelt nicht nach Ablauf der in Ziffer 4 Absatz 2 genannten Frist entrichtet, kann die VHS unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Die Vertragspartnerin schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Stornogebühr von 10 €. Der Vertragspartnerin steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten wesentlich niedriger sind als die vereinbarte Pauschale.

(5) Die VHS kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen.
Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Kursleiterin, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten; bei besonders gravierendem Fehlverhalten bedarf es keiner vorherigen Abmahnung,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Kursleiterin, gegenüber Teilnehmerinnen oder Beschäftigten der VHS,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Verstöße gegen die Hausordnung.

Statt einer Kündigung kann die VHS die Teilnehmerin auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen.
Der Vergütungsanspruch der VHS wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

8. Kündigung und Widerruf durch die Vertragspartnerin
(1) Kündigung oder Widerruf durch die Vertragspartnerin bedürfen der Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail).
(2) Die Kündigung oder der Widerruf kann innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen erfolgen. Die Frist beginnt nach Erhalt der Widerrufsbelehrung, jedoch nicht vor Vertragsschluss. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.
(3) Vor Kursbeginn und währenddessen kann eine Kündigung in außerordentlich begründeten Ausnahmefällen (z. B. bei längerer Krankheit, dauernder beruflicher Verhinderung) unter Vorlage entsprechender Nachweise erfolgen. In diesen Fällen ist eine volle oder teilweise Erstattung des Kursentgeltes möglich. Eine Rückzahlung kann dabei grundsätzlich nur bis zum Ende des jeweiligen Semesters erfolgen. Es wird eine Stornogebühr in Höhe von 10,00 € je Kurs erhoben. Der Vertragspartnerin steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten wesentlich niedriger sind als die vereinbarte Stornogebühr.
(4) Die Vertragspartnerin kann den Vertrag außerdem kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (Ziffer 6) unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet.
(5) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.

9. Urheberschutz
(1) Fotografieren, Filmen und Aufnahmen auf Tonträger in den Veranstaltungen sind grundsätzlich nicht gestattet. Evtl. ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne zuvor erteilte Genehmigung der VHS nicht vervielfältigt oder gewerblich genutzt werden.
(2) Jede Teilnehmerin an EDV-Veranstaltungen hat zu beachten, dass nach dem Urheberrecht das Kopieren und die Weitergabe der für Lernzwecke zur Verfügung gestellten Software unzulässig sind.

10. Datenschutz
Die VHS Hannover unterliegt den Regelungen des Niedersächsischen Datenschutzgesetzes in der jeweils gültigen Fassung. Zum Zwecke der Vertragsdurchführung der Veranstaltungen setzt die VHS automatisierte Datenverarbeitung ein. Dabei werden mit der Anmeldung folgende Daten erfasst: Name, Vorname, Anschrift, Geburtsdatum, Geschlecht, Telefonnummer, Kursnummer, Semester, Kurstitel und Entgelt, im Falle einer Einzugsermächtigung die Bankverbindung.
Zu statistischen Zwecken wird die Einteilung in Altersgruppen, die Einteilung weiblich/männlich anonymisiert weiterverarbeitet. Zum Zwecke des Bankeinzugsverfahrens werden Name, Vorname, Bankverbindung, Entgelt und Veranstaltungsnummer an die Hausbank der VHS übermittelt. Die Teilnehmerinnen stimmen der Verarbeitung ihrer Daten bei der Anmeldung zu. Auf die einschlägigen datenschutzrechtlichen Bestimmungen wird hingewiesen.

11. Haftung
(1) Schadenersatzansprüche der Vertragspartnerin oder der Teilnehmerin gegen die VHS sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.
(2) Der Ausschluss gemäß Abs. (1) gilt ferner dann nicht, wenn die VHS schuldhaft Rechte der Vertragspartnerin oder der Teilnehmerin verletzt, die dieser nach Inhalt und Zweck des Vertrages gerade zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglichen und auf deren Einhaltung die Vertragspartnerin oder Teilnehmerin regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit der Teilnehmerin.

12. Schlussbestimmungen
(1) Das Recht, gegen Ansprüche der VHS aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der VHS anerkannt worden ist.
(2) Ansprüche gegen die VHS sind nicht abtretbar.
(3) Sollten einzelne Bestimmungen dieser AGB ganz oder teilweise nichtig sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsbestandteile nicht berührt. Abweichend ausgehandelte Abmachungen sind nur gültig, wenn sie schriftlich vereinbart worden sind. Dies gilt auch für eine Vereinbarung, die einen Verzicht auf die Schriftform beinhaltet.
(4) Diese AGB treten mit Wirkung zum 01.02.2012 in Kraft.
Alle früheren AGB verlieren damit ihre Gültigkeit.

STICHWORTVERZEICHNIS

A

Abiturvorbereitung 13
Abnehmen 68
Abendrealschule 235
ACCESS 214
Achtsamkeit 78
Acrylmalerei 113, 114, 117 ff
Afrikanische Heilweisen 70
Aktien 61
Aktzeichnen 116
Alphabetisierung 20 ff, 27 ff
Altertumswissenschaftliche Vorträge 114
Altes Handwerk 101 f
Android 219 ff, 229
Apple System 219 ff
Apps 215 ff, 229
Aquarell 113, 114, 117 ff
Arabisch 138 ff
Arbeitsrecht für Abrechnung 205
Archäologie 115
Arthrose 71
Assessment 48
Astronomie 68
Atelierbesuche 125
Atem 54, 78
Augenentspannung 77
Ausstellung 112
AutoCAD 224
Autogenes Training 75
Autorenlesung 108
Ayurveda 69, 75

B

Babysitting 13
Backen 90
Ballett 38, 109
Bauchtanz 39
Bauen 61
Bäume 64
Beckenboden 73
Begegnungen mit China 140
Begegnungen mit Griechenland 180
Begegnungen mit Indien 171
Begegnungen mit Russland 186
Behinderung 42 ff
Berliner Hocker 41
Bewerbungstraining 47
Bienen 66
Bilanzierung 208
Bildbearbeitung 43, 120, 212, 222 ff
Bildungsberatung 29
Bloggen mit Wordpress 221
Brust 37
Brustwickel 98
Buchführung 205
Buddhismus 79
Burnout 49
Bühne 9, 11, 109 ff
Bürgerbeteiligung 18 ff

C

CAD 224
Corel Draw 224
Corel Photo-Paint 224
Chinesisch 139 ff
CMS 225 ff
Coaching 49
Comiczeichnen 11

D

Dänisch 141
Darmgesundheit 69
DATEV 209
Demenz 71, 202
Design in 3D mit SketchUP 225
Deutsch 20 ff, 27 ff, 142
Digitalfotografie 119 ff
Diversity 53
Druck 3D 225
Düfte 71

E

eBay 220, 230
EDV 212 ff
Ehrenamt 33, 35, 201, 203
Eigenheim 62
Eltern-Kind-Kurse 58
Englisch Bildungsurlaub 157 ff
Englisch
Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen 137
Entspannung 75ff
Erben 61
Ernährung 69, 70, 87
Erste Hilfe 59
Europäischer Computer Führerschein 43, 212 ff
Excel 214, 217

F

Facebook 221
Fachkraft für Lohn und Gehalt 204
Fachkraft Personalabrechnung 204
Fahrradwartung 41
Farbgestaltung 104
Feldenkrais 74
Ferienkurse für SchülerInnen 11 ff
Fernuni Hagen 236
Fette & Öle 88
Filzen 100
Finanz- und Lohnbuchhaltung 209
FinanzbuchhalterIn 204 ff
Fingerfood 86
Finnisch 164
Film 119
Fisch 93, 94
Flugangst 77
Fördergelder 47
Fotobücher und -kalender 122, 223 ff
Fotografie 119 ff
Fotomarkt 6
Französisch 165
Frauenkurse 36 ff, 41
Frühstück 86
Fußreflexzonenmassage 70

G

Gartengestaltung 64
Gebärdensprache 46
Geocaching 67
Geschichte 106, 112, 114, 115
Gesprächsrunden 32 ff
Gesundheitsbildung 68 ff
Gesundheit und Kochen 69 f, 88 f
Gimp 222, 230
Goldschmieden 103 f
GPS 67
Graffiti 13, 126
Graphik 114
Graphik-Markt 6
Griechisch 179 ff
Griechische Küche 88, 91
Griechischer Volkstanz 109
Grundbildung 236

H

Häkeln 99
Handspinnen 101
Handwerk und Technik 41, 95 ff
Hauptschulabschluss 235
Hebräisch 176
Heilweisen 69 ff
HeilpraktikerIn für Psychotherapie 202 f
Hindi 171
Holzverarbeitung 41
Hormone 38
Hormonyoga 80
Hörgeschädigte 43
HTML-WEB-Seitenerstellen 225 ff
Hundehaltung 67
Hypnose 70

I

Immaturenkurs 236
Immobilie 62
Immunsystem 69
InDesign 223
Indische Küche 92
IntegrationslotsInnen 18
Interkulturelle Begegnungen 136
Interkulturelle Kompetenz 53

Internet 213 ff, 220 ff, 227, 230 ff
iPad 220
iPhone 220 ff
Italienisch 172
Italienische Küche 92
Iwrit 176

J

Japanisch 176 ff
Japanische Süßigkeiten 93
Java 221, 228
Jazzdance 39
Jimdo 221
Joomla 226
Junge VHS 9 ff
Jüdische Lokalgeschichte 18

K

Käse 93
Kalligraphie 103
Karnevalskostüme 98
Kaffee 94
Keramikarbeiten 102 f
Kiefer 77
Kinderernährung 87
Kinesiologie 76 f
Kiswahili 178
Kleiderschrankcheck 98
Klopfakupressur 76 f
Kochen 44, 86 ff
Kommunikation 52 ff
Kontaktstudium Gesundheit 201
Kosmetik 39
Kosten- und Leistungsrechnung 207
Kräuterwanderungen 65 f
Kreatives Schreiben 107 ff
Kroatisch 178
Künstlergespräch 125, 126
Kulturwandler 134
Kunst 124 ff
Kunstverein 126

L

Lachyoga 77
Latein 179
Laufschule 73
Lebenstipps 52 ff
Leder 102
Lesen und Schreiben 22, 27
Lightroom 123, 223
Linux 228
Literatur 33
Løbbinding 101
Lohn- und Gehaltsabrechnung 207, 209
Lösungsorientierte Systemische Beratung 51

M

Macintosh 219 ff
Manga 14
Männer 122
Männer kochen 91
Männer Yoga 83
Märchen 50, 93, 124
Maskenspiel 124
Massage 59, 75
MBSR 78
Meditation 79
Metallverarbeitung 41, 103 f
Mietrecht 62
Modedesign 96 ff
Mosaik 103
Mundabsehen 46
Museum 34, 112 ff
Museum August Kestner 114, 121

N

Nachtfotografie 120, 123
Nähen 12, 96 ff
Natur 64 ff
Naturheilverfahren 38, 69, 77
Neugriechisch 179 ff
Netzwerk- und Internettechnik 227
Neuro-Linguistisches Programmieren 50
Niederländisch 181
Norwegisch 182

O

Offene Hochschule 236 ff
Office 216 ff
Ölmalerei 113 ff
OneNote 218
Online-Grundlagen 213, 230
Online-Marketing 221
Oper 110
Outlook 213, 217
Outsider-Art 125

P

Parfüm 71
Patientenverfügung 60
PC-Technik und Support 227 ff
PDF-Dateien 219
Persisch 182 ff
Persische Küche 93
Philosophie 33, 107, 111, 119
Photoshop 111, 119, 222 ff
PHP und MySQL 225 ff
Pilates 74
Pilze 65 f, 87
PMR 75
Politische Bildung 17 ff
Polnisch 183 ff
Portraitfotografie 122, 123
Portugiesisch 185
PowerPoint 215, 217, 223
Programmierung 217, 221, 226 ff
Progressive Muskelentspannung 75
Projekte 20
Projekte mit MS-Project 218
Prüfungen und Zertifikate 246 f
Psychologie 57 ff
Psychotherapie 202 f

Q

Qi Gong 83 ff

R

Radierung 114
Realschulabschluss 235
Recht 60 ff
Recht und Finanzen 60 ff, 207
Relativitätstheorie 68
Reparaturen 41, 104
Reportagefotografie 122
RGZ 21 ff
Rhetorik 15, 54 ff
Rückenfit 71 f
Russisch 186 ff
Russische Küche 92

S

Säure-Basen-Haushalt 69
Saisonales Kochen 87
Schlagfertigkeit 49
Schmieden 102
Schmuck 14, 101
SchöffInnen 19
Schreiben 34, 44, 45, 60, 116
Schreibschriften 108 f
Schüler-Salze 69
Schule für Erwachsene 234
Schwarzweißfotografie 119
Schwedisch 188
Schweißen 41, 104
Selbsthilfegruppen 42, 43
Selbstmanagement 49
Selbstsicherheit (ATP) 51
Selbstverteidigung 36
Senioren Computer Club, S.C.C. 230
Seniorenstudium 32
Single 52
SketchUp 225
Skizzieren 114, 115
Smartphone 216, 219 ff, 229
Smartphone-Fotografie 123
Spanisch 189
Spanische Küche 91
Sprengel Museum 112 ff
Stadtteilkurse 23 ff
Stadtteilarbeitskreis 19
Steno 210
Sternwarte 68
Steuern 62, 204 ff

Stimme 54 ff
Straßentheater 117
Streetart 126
Stressbewältigung 37, 56, 75 ff
Stricken 99
Studienreise Berlin 16
Sucht-/krankenhelfer/beraterIn (VHS) 201
Syrische Küche 92

T

Tabellenkalkulation 214, 217
Tablet 215 ff, 219, 223, 229
Tai Chi 85
Tanz 38 f, 109 f
Tastschreiben 209 ff
Technik 32, 41, 104
Tee 93
Testament 61
Textverarbeitung 213, 216, 229
Thailändisch 195
Theater 13, 110
Tierfotografie 124
Töpfern 102
Touch for Health 76
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) 69 f
Türkisch 196
Türkische Küche 91
TYPO3 226

U

Ungarisch 197

V

VBA – Visual Basic 217
Vegetarische Küche 88 f
Vegane Küche 89 f
Versicherungen 62
vhsConcept 200 ff
Videobearbeitung am PC 222
Visualisieren 78
Visio 218
Vogelbeobachtungen 66
Vorlesen 60
Vorsorgevollmacht 60
Vorträge 111, 112

W

Wanderungen 65 f
Web-Seitenerstellung 225 ff
Wechseljahre 37
Weihnachtsgeschenke 71, 86, 99, 100, 102
Wein 94, 93, 94
Weiterbildungsberatung 29
Werkstattkurse 45, 113 ff
Werkzeug- und Maschinenkunde 41
Whisky 94
Wildzubereitung 88
Wikingerschmuck 101
Wildfrüchte 65 f
Wilhelmstein 126
Windows 213, 215, 229 ff
Wirbelsäulengymnastik 72 f
Word 213, 216, 229
Wordpress 221

X

Xpert Culture Communication Skills® 53

Y

Yoga 79 ff
YogalehrerIn f. Kinder und Jugendliche (VHS) 202

Z

Zeichnen 115 ff
Zen 83
Zoo Hannover 124
Zumba 39

Das nächste Halbjahresprogramm 2016 erhalten Sie ab Mitte Januar 2016 im Haus der VHS, in VHS Nebenstellen, in Buchhandlungen, Büchereien, Stadtteilkulturzentren, Kulturtreffs und Sparkassen.

SEPA
ZAHLUNG PER LASTSCHRIFT

Im Jahr 2014 wurde der bargeldlose Zahlungsverkehr in 34 europäischen Staaten weitgehend vereinheitlicht. Der einheitliche Euro-Zahlungsverkehrsraum heißt kurz: SEPA (englisch: Single Euro Payments Area).

Das deutsche Lastschriftverfahren mit Einzugsermächtigung wurde durch das SEPA-Lastschriftverfahren mit Lastschriftmandat abgelöst.
Ein SEPA-Lastschriftmandat muss grundsätzlich in schriftlicher Form mit Originalunterschrift des Kontoinhabers/der Kontoinhaberin vorliegen.
Die Übermittlung per **Fax** oder per E-Mail-Anhang **eingescannt als gut lesbare Grafik- oder PDF-Datei** ist ebenfalls möglich. Das SEPA-Lastschriftmandat der VHS Hannover finden Sie als Vordruck auf der Rückseite unserer Anmeldekarte. Im Internet steht der Mandatsvordruck unter *www.vhs-hannover.de/anmeldung-und-service/sepa* zum Download bereit.

Kontonummer und Bankleitzahl wurden durch IBAN und BIC ersetzt.
IBAN und BIC finden Sie zum Beispiel auf den Kontoauszügen Ihrer Bank.
Die IBAN (englisch: International Bank Account Number) ist die internationale Darstellungsform der Kontonummer. Die IBAN besteht in Deutschland aus 22 Zeichen und enthält ein Länderkennzeichen, zwei Prüfziffern sowie eine nationale Komponente (in Deutschland die Bankleitzahl des Kreditinstituts und die Kontonummer). Aus technischen Gründen benötigen wir außerdem den BIC (englisch: Business Identifier Code), um Lastschriften bei unserer Bank zur Abbuchung einreichen zu können.

Jedes SEPA-Lastschriftmandat wird durch Mandatsreferenz und Gläubiger-Identifikationsnummer eindeutig gekennzeichnet.
Für jedes SEPA-Lastschriftmandat vergibt die VHS eine eigene Mandatsreferenznummer.
Die Gläubiger-Identifikationsnummer der VHS Hannover lautet: DE34VHS00000024189.
Zu jeder Belastungsbuchung einer SEPA-Lastschrift finden Sie die Mandatsreferenz und die Gläubiger-Identifikationsnummer auf Ihrem Kontoauszug. So können Sie leicht prüfen, ob Sie dem Zahlungsempfänger ein SEPA-Lastschriftmandat erteilt haben.

Die Information über den Abbuchungstermin erhalten Sie mit Ihrer Anmeldebestätigung.
Grundsätzlich gilt: Das Kursentgelt wird sieben Tage nach Kursbeginn zur Zahlung fällig.
Die Abbuchung des Kursentgelts von Ihrem Konto erfolgt nach Fälligkeit zum Fünfzehnten des Monats oder zum Ersten des Folgemonats oder – wenn der jeweilige Termin auf ein Wochenende oder einen Feiertag fällt – zum nächsten darauf folgenden Bankarbeitstag.